भूमिका

एक समय था, जब कि भारतवर्ष में प्रातःकाल के श्रुति गान में आर्य-ललनाओं के गो-दोहन का मधुर शब्द भी समिश्रित होता था। आश्रमों और गुरुकुलों में कन्यायें गो-सेवा की क्रियात्मक रूप में शिक्षा प्राप्त करती थीं। उस समय के आर्य स्त्री और पुरुष अपने गृह में गौवों का रखना परम-धर्म समझते थे। उन्हें गौवों का पालन-पोषण और दूध दुहने इत्यादि का सब कार्य अपने हाथ से करने में बड़ा आनन्द आता था। भगवान कृष्ण की गो-सेवा प्रसिद्ध है। उस समय के लोगों को पीने के लिए दूध भी खूब उपलब्ध रहता था, जिससे उनका स्वास्थ्य उत्तम, कान्ति उज्ज्वल और बुद्धि तीव्र होती थी। कारण एक स्वस्थ व्यक्ति के भोजन में जिन प्रमुख तत्वों की आवश्यकता है वे सब दूध में उपलब्ध होते हैं। गो-सेवा और दुग्ध-सेवन के इस अभ्यास से उनकी गो-पालन और दूध इत्यादि के व्यवहार की प्रवृत्ति बराबर बनी रहती थी। और उसे माता के रूप में मानते और सत्कार करते थे। मुसलमानों के पगम्बर हजरत मोहम्मद साहिब ने भी दूध की खूब प्रशंसा की है। जब कभी आप दूध पीते थे दुआ करते थे कि इसमें बरकत कर और

ज्यादा दे। प्राचीनकाल में शायद ही कोई घर ऐसा होता था जिसमें न्यूनातिन्यून एक दो दूध देने वाली गायें विद्यमान न हों दूध और मक्खन मुख्य रूप से खाद्य पदार्थों के तौरपर उपयोग में आते थे। परिणाम-स्वरूप स्त्रियों का स्वास्थ्य और शक्ति स्थिर रहकर भावी सन्तान पर भी बहुत अच्छा प्रभाव पड़ता था। और उससे यह देश सब प्रकार की उन्नति की पराकाष्ठा पर पहुँचा हुआ था।

दूध प्रकृति का सर्वोत्तम खाद्य पदार्थ है, इसमें आज कुछ भी सन्देह नहीं रहा है। मनुष्य के स्वास्थ्य, बल और शारीरिक विकास के लिये सब प्रकार के रसायनिक उपादानों का प्रयाप्त और समुचित रूप से दूध में विद्यमान होना विज्ञान द्वारा सिद्ध हो चुका है। इतना ही नहीं बल्कि इससे भिन्न २ रोगों की चिकित्सा भी सरलता पूर्वक की जा सकती है। यहां तक कि अब तो यह चिकित्सा प्रणाली व्यापक रूप धारण करती जा रही है और अमेरीका में अब ऐसे अनेक चिकित्सा-लय स्थापित हो चुके हैं, जिनमें प्रत्येक रोग का इलाज केवल दुग्ध से ही किया जाता है। जिनका वर्णन इसी पुस्तक के आगामी पृष्ठों में आएगा।

लन्दन की नैशनल मिल्की पब्लीसिटी कौन्सिल की ओर से 'मिल्क इनदी होम" (Milk in the home.) नामक एक पुस्तक प्रकाशित हुई है। यह पुस्तक बड़े २ डाक्टरों की सम्मति

से लिखी गई है। उक्त पुस्तक में जहां दुग्ध में रोगहारिणी शक्ति का विवेचन किया गया है वहां यहां तक लिखा है कि गर्भस्थित बालक की परवरिश के लिए दूध अत्यावश्यक है। गर्भवती माता को प्रतिदिन के अन्य भोजन के साथ शुद्ध दुग्ध का प्रयाप्त उपयोग करना चाहिये। न्यूनातिन्यून एक पाइंट दूध जो प्रति दिन पीना उचित है, पूर्णतया रक्त की वृद्धि करता है और गर्भ स्थित बालक की भी पुष्टि होती है।

इस आवश्यकता को इङ्गलैण्ड की सरकार भी अनुभव करती है और अपनी आज्ञा और सहायता से स्थानीय अधिकारियों द्वारा स्त्रियों के लिये गर्भ धारण करने के अन्तिम तीन मास तथा दूध पिलाने वाली माताओं के लिए, जिनकी पारिवारिक आय पर्याप्त नहीं होती, दूध का प्रवन्ध करती है।

इस अभागे देश में सरकार द्वारा इस प्रकार की सहायता मिलने की आशा करना दुराशामात्र है। कोई सुनहला समय था जव भारत का वच्चा वच्चा "चाहे गरीव का हो या अमीर का" दूध तथा घी की नदियों में नहाया करता था। आज इस सभ्य राज्य की छत्रछाया में दूध घी आदि दिव्य पदार्थों के पाने की कौन कहे, भारत के करोड़ों लाल भूख की ज्वाला में जलकर बड़ी वेबसी के साथ इहलीला को समाप्त कर रहे हैं। भारतीयों के प्राचीन आयुर्वेदादि ग्रन्थों में जहां दुग्ध, घृत अनुपानमिश्रित जड़ी बूटियों द्वारा चिकित्सा का विधान पाया

जाता है, वहां आज गोरी कम्पनी के लुटेरे बनियों द्वारा पराधीन भारतवासियों के गले में करोड़ों रुपयों की विदेशी (अङ्गरेजी) दवाइयां जबरदस्ती घुसेड़ी जाती हैं। ऐसी हालत में सरकार द्वारा औषधि रूप में भी दुग्ध की सहायता प्राप्त करने की आशा आकाश कुसुमवत है। ऐसी दशा में हम भारतीयों का सबसे बड़ा कर्त्तव्य यही है कि हम अपनी प्राचीन संस्कृति और आयुर्वेद विज्ञान को अपनायें और विदेशी दवाइयों के लिये एक पैसा भी व्यय न करनेका दृढ संकल्प करलें।

इसी उद्देश्य की पूर्ति के लिए हमने अद्यावधि "अर्क गुण विधान" लवण गुण विधान, पलाण्डु गुण विधान, अरिष्टिक गुण विधान, बबूल गुण विधान, घृत गुण विधान आदि आदि दो दरजन के करीब ऐसी पुस्तकें प्रकाशित की हैं, जिनसे विद्वान वैद्यों के साथ २ साधारण जनता तथा आवश्यकता पड़ने पर स्त्रियां भी प्रत्येक रोग की चिकित्सा घर में ही कर सकती हैं। इसी धुन में बहुत दिनों से यह विचार मेरे मस्तिष्क में चक्कर लगा रहे थे कि "दुग्ध गुण विधान" नाम से भी एक प्रमाणिक पुस्तक की रचना की जाय, किन्तु दुग्ध सम्बन्धि भान्ति २ के नवीन अन्वेषणों और अनुभवों में फंसे रहने के कारण विलम्ब होता जा रहा था। इसी बीच में जिनाब डाक्टर सरदारअलीखां साहिब "अलवी" W.O.I. M.D .S. A.S. M.F. फ़िज़ीशीयन एण्ड सर्जन का दुग्ध सम्बन्धी एक लेख

मेरी दृष्टि से गुजरा। लेख महत्वपूर्ण था, जिससे मालूम होता था कि आप इस दुग्ध चिकित्सा पद्धति के योग्य चिकित्सक हैं चुनांचे मैंने डा० साहिब से प्रार्थना की, कि वह अपने दुग्ध सम्बन्धी तमाम अनुभव, जिनसे आपने अपने रोगियों पर इस्तेमाल करके सफलता प्राप्त की है, लेख बद्ध करके इस पुस्तक में प्रकाशनार्थ भेज देने की कृपा करें। डा० साहिब एक उदार हृदय सज्जन व्यक्ति हैं। आपने मेरी प्रार्थना सहर्ष स्वीकार करते हुए अवकाश न रहने पर भी, दुग्ध सम्बन्धी अपने तमाम अनुभव निसंकोच भाव से लिखकर भेज दिये। जिनसे पुस्तक की महता और उपयोगिता और भी बढ गई है। डा० साहिब की इस कृपा के प्रति मैं हार्दिक कृतज्ञता का प्रकाश करता हूँ और पाठकों की ओर से भी धन्यवाद देता हूँ। डाक्टर साहिब के अनुभवों के साथ डाक्टर साहिब के उपनाम 'अल्वी' शब्द को प्रयोग के नीचे प्रकाशित कर दिया है।

इसके अतिरिक्त उन महानुभावों को धन्यवाद दिये बिना भी नहीं रह सकता जिनकी रचनाओं और लेखों से मुझे इस पुस्तक की पूर्ति में सहायता मिली है। मैंने इस पुस्तक को बड़े परिश्रम पूर्वक निर्माण किया है यदि कहीं कोई त्रुटि रह गई हो तो पाठक सहर्ष सूचित करें, ताकि आगामी संस्करण में संशोधन कर दिया जाय। आशा है जनता इस पुस्तक को अपना कर मेरे इस परिश्रम को सफल करेगी।

रसायन-भवन
संगरिया (बीकानेर)
ता० २८-६-१६३४ ई०

विनयावनतः—

लेखक—

* ओ३म् *

दुग्ध-गुण-विधान ।

दुग्ध की वैज्ञानिक परीक्षा ।

दुग्ध एक तरल द्रव्य है, जिसकी रङ्गत श्वेत और स्वाद रुचिकर होता है। जिसमें एक विशेष प्रकार की गन्ध होती है जो अप्रिय नहीं होती। इसका कोई अंश तहनशीन नहीं होता अर्थात् तलछट नहीं जमती।

नीली रङ्गतवाला दूध खराब होता है। यातो उसमें से मक्खन निकाला गया होता है या उसमें कीटाणु आदि होते हैं। ऐसे दूध का रसायनिक प्रभाव एम्फोपडक अर्थात् न तो तिजाबी है और न नमकीन है।

इसका तौल-विशेष १'३० से १'३४ डिगरी तक होता है जो Lectometer यन्त्र द्वारा मालूम किया जाता है। यह एक शीशे की नाली का बना होता है, जो कि ऊपर से बन्द होता है और नीचे पारा भरा रहता है। इस पर भिन्न २ दर्जे लगे होते हैं। दूध से गिलास भर कर उसमें यन्त्र को धीरे से छोड़ दिया जाता है और दूध के ऊपरी तल पर यन्त्र की जो

डिगरी होती है उसे पढ़ ली जाती है। वही अंश विशेष होता है यह अंश प्रायः ६० दरजा फौरनहीट की उष्मा पर होता है। जिस दूध का तोल विशेष १-२४ से कम हो उसमें अवश्य ही पानी की मिलावट होती है। जब दूध पर से मलाई उतार ली जाती है तो उसका तौल विशेष भी बढ़ जाता है किन्तु फिर जब उसमें पानी मिला दिया जाता है तो असली हालत पर आजाता है। या कच्चे दूध में से मक्खन निकाल कर उसमें यत्किञ्चित खांड और पानी मिलाने से उसका वज़न ठीक हो जाता है। उत्तम दुग्ध में ८ से ११ प्रति शत तक चिकनाई या मक्खन पाया जाता है, जो कि Creamometer यन्त्र से जाना जा सकता है। यह भी एक कांच की नली का बना होता है जिस पर १०० डिगरियों के चिन्ह बने होते हैं। इसमें दूध भर कर आठ या दस घण्टे पड़ा रहने देते हैं। इस अर्से में मक्खन दूध के ऊपर आ जाता है। फिर इसकी डिगरियां पढ़ लेते हैं। अच्छे दूध में ८ प्रतिशत से कम मक्खन नहीं होना चाहिये।

प्रत्येक पशु के दूध में न्यूनाधिक अंश में पनीर, पानी, शक्कर, चूना, पोटाश और सोडा इत्यादि के लवण (क्षार) आदि होते हैं। गाय के सेर भर दुग्ध में प्रायः ३$\frac{3}{4}$ छटांक पानी, $\frac{3}{4}$ छटांक शक्कर, $\frac{1}{2}$ छटांक मक्खन, $\frac{3}{4}$ छटांक पनीर और $\frac{1}{4}$ छटांक लवणादि होते हैं। भिन्न २ पशुओं के यह अंश न्यूनाधिक मात्रा में होते हैं जिनसे उनके गुणों में भी अन्तर आजाता है।

चूँकि इस पुस्तकमें हमने भेड़, बकरी, गाय, भैंस, ऊंटनी और स्त्री के दुग्ध से बहुत से रोगों की चिकित्सा विधि लिखी है। अतः प्रत्येक दुग्धके विषय में संक्षेपरूप से कुछ वर्णन कर देना उचित प्रतीत होता है।

गाय का दूध।

चूँकि गाय की गर्भावधि मनुष्य की भान्ति नौमास है इस लिये अधिकांश वैद्यों और हकीमों का मत है कि मनुष्य के लिये गाय का दूध ही सब से अधिक उपयोगी है, किन्तु स्त्री दुग्ध की अपेक्षा इसमें शक्कर और लवणाल्द तथा जलांश मात्रा न्यून होती है, और चिकनाई तथा पनीर अधिक मात्रा में होता है इसलिये नवजात शिशु अथवा नन्हें बालकों के अनुकूल नहीं पड़ता। यदि आवश्यका आपड़े तो इसमें कुछ पानी और खांड मिलाकर जोश देकर पिलाना उचित है।

कहते हैं, गाय के दूध को अधिक दिन तक सेवन करते रहने से किसी २ को अश्मरी रोग तथा श्वित्रकुष्ट उत्पन्न कर देता है, और जूएं बहुत पैदा हो जाती हैं। कफ प्रकृति के लिये कच्चा दूध हानि-कारक होता है।

भैंस का दूध।

इसका दूध गाढ़ा और गरु होता है। इसमें चिकनाई

और पनीर के अंश अधिक मात्रा में पाए जाते हैं। अनुभवी वैद्यों और हकीमों का कथन है कि भैंस का अधिक दूध पीना मनुष्य को मन्द बुद्धि बना देता है।

बकरी का दूध।

रक्त शुद्धि केलिये बकरीका दूध जितना लाभदायक है और किसी का नहीं। इसका कारण यह है कि बकरी का चारा प्राय, भान्ति २ की बूटियां और भिन्न २ वृक्षों के पत्ते हैं जो कि स्वभाव से ही रक्तशोधक होते है और उनका प्रभाव दूध पर पड़े विना नहीं रह सकता। इससे कण्डु, दद्रु, चम्बल और आतशक आदि रोगोंका नाश होजाता है। चिकित्सा विधि आगामी पृष्ठों में वर्णित है।

नोटः—बकरी का दूध कच्चा नहीं पीना चाहिए, क्योंकि इससे जूयें पड़ जाती हैं और शरीर में बकरी कीसी दुर्गन्धि आने लगती है किन्तु दो चार उबाल देकर दूध पीने से यह दोष दूर हो जाता है।

भेड़ का दूध।

इसका दूध भी भैंस की तरह गाढा और बाजीकरण होता है। इसमें चिकनाई बहुत ज्यादा होती है। अधिक दूध पीते रहने से शरीर में दुर्गन्धि आने लगती है और बदन में जूएं पड़ जाती हैं कइयों के कण्डू भी हो जाती हैं।

ऊंटनी का दूध।

ऊंटनी का दूध बाकी तमाम दूधों से पतला होता है। इस का स्वाद, यत्किञ्चित नमकीन सा होता है। चूंकि बकरी की भान्ति ऊंटनी भी अनेक प्रकार के कांटेदार वृक्षों और बूटियों को खाती है, इसलिये इसका दूध भी बहुत से रोगो में लाभदायक सिद्ध हुवा है इसके पीने से प्रायः दस्त आते हैं। मूत्र खुलकर आता है। प्लीहा आदि उदर रोगों को भी अति फायदेमन्द है। कई रोगों में ऊंटनी के दूध को फाड़ कर उसका पानी निकाल कर औषधि रुपमें व्यवहृत होता है। और यह भी बकरी के दुग्ध की भान्ति गुणकारी होता है।

ज्वर पीड़ित और पित्त प्रकृति वालों के लिये ऊंटनी का दूध हानिकारक होता है।

गधी का दूध।

गधी का दूध वैद्यों और हकीमों के निकट क्षयी (तपेदिक) वालों के लिये अत्याधिक लाभकारी माना गया है। इसमें चिकनाई और पनीर का अंश बहुत ही न्यून पाया जाता है। किन्तु शर्करा अधिक होती है, इसलिये स्त्री दुग्धके समतुल्य ही होता है, और निर्बल बालकों को अनुकूल आ जाता है।

——:०:——

घोड़ी का दूध ।

यह दूध गरम और तर है। परन्तु लोग इसे सरद ख्याल करते हैं। क्योंकि तरावट के कारण इसका बच्चा धूप में लेटा रहता है जिससे जनसाधारण गलती में पड़ जाते हैं।

स्त्री का दूध ।

दूसरे दरजा में सरद और तर है। यह वही चीज़ है, जिसके पलकर हम इतने बड़े हुए हैं। स्त्री का दूध भी बहुत से रोगों में काम आता है। जैसा कि यथा स्थान लिखा जावेगा। स्त्री के दूध में शर्करा अधिक मात्रा में होती है।

इस पुस्तक में उन्हीं दूधों के प्रयोग लिखे जाएंगे जिनका ऊपर वर्णन हो चुका है, इस लिये बाक़ी दूधों के विषय में लिखना फजूल ख्याल करते हैं।

दूध क्या है ?

इसके सम्बन्ध में वैद्यों और हकीमों के भांति २ के विचार हैं। जिनमें से अधिकांश तो दूध को रुधिर समझते हैं, किन्तु कई वैद्य इसका विरोध करते हैं, इसलिये सबके भिन्न २ मत हैं। किन्तु यहां हम दोनों फरीकैन का मत सामने रखकर उनकी दलीलें पेश करते हैं।

दुग्ध रुधिर नहीं है—

बल्कि जो वनस्पति आदि पशुओं के आमाशय में पहुंचती हैं उसका फिर रस (केलोस) बनता है। उसमें से दुग्धांश को स्तनों की रगें खैंच लेती हैं। रुधिर का उसमें एक कण भी नहीं होता।

दलील।

उदाहरण स्वरुप आप एक गाय को घास खिलाइये, और उसके तीन चार घंटे बाद दूध निकालिए। निसन्देह उस दूध में उस घास की गंध पाइ जावेगी जो तीन चार घंटे पहले खिलाया गया है बल्कि कई बार तो दूध में सब्जी भी जाहिर हो जाती है। इससे परिणाम निकला कि दूध रुधिर से नहीं; बल्कि सब्जी से बनता है। इसके अतिरिक्त बुद्धि इस बात को स्वीकार नहीं करती कि एक दिन में दस-दस सेर और पन्द्रह २ सेर रुधिर पैदा होकर दूध बने।

इस दलील से हम उन वैद्यों, हकीमों और डाक्टरों को गलती पर समझते हैं, जो दूध की उत्पत्ति रुधिर से समझते हैं;

दूध, रुधिर ही का बदला हुआ रंग है।

बहुत से हकीम व डाक्टर इस बात में सहमत हैं कि दूध

रुधिर ही है। वह कहते हैं कि जिस समय गर्भ माताके उदर स्थ होता है, उस समय उसकी खुराक, ऋतु का रुधिर ही होती है। यही कारण है कि गर्भ धारण करने के पश्चात मासिक धर्म (ऋतु का आना) रुक जाता है। फिर जब बालक प्रसव होता है तो वही रुधिर दुग्ध रूप में परिवर्तन होकर बच्चेकी गिज़ा बनता है। और फिर मज़े की बात यह कि वही दूध बालक के यकृत में जाकर पुनः रुधिरका रूप धारण कर लेता है।

दलील।

वह कहते हैं कि अनुसन्धान के लिये तुम किसी कसाई के यहां जाकर जिबह की हुई किसी बकरी का ताज़ा दुग्धाशय ले आओ और उसके बीचमें चीरादेकर उसमें गरमा गरम रुधिर भरकर खूब मज़बूत टांके लगादो। किसी चमड़े की थैली में लपेट कर कुछ देर गरम भूबल (राख) में दबादो और दो घंटे बाद निकालकर देखो वही रुधिर जो तुमने अपने हाथ से भरा था, दूध बन चुका है।

दूसरी दलील।

कई बार देखा गया है कि किसी रोग विशेष के कारण स्तनों में वह जौहर (जो रुधिर से दूध बनाता है) कम हो जाता है, तो उस समय स्तनों से दूध न आकर रुधिर ही आने लगता है बस। निश्चय हुआ कि दूध वास्तव में रुधिर ही है परन्तु

उस लीलामय भगवान की कारीगरी से लतीफ और सुस्वादु हो जाता है।

दूध की आवश्यक्ता।

गत पृष्ठों में हमने वैद्यों और डाक्टरों के दोनों पक्ष के विचार अङ्कित किये हैं, किन्तु अपनी ओर से कोई फैसला नहीं दिया, और नाहीं हम इस झंझट में पड़ने की आवश्यक्ता अनुभव करते हैं। क्योंकि दूध चाहे रुधिर से बना हो या घास से, हमने तो यह देखना है कि इसके पान करने से मनुष्य शरीर पर क्या प्रभाव होता है। दूध की मनुष्य को आवश्यकता है भी कि नहीं। और बस! और यही हमारा विषय है। यह सर्व सम्मत बात है कि स्वास्थ्य और तन्दुरुस्ती के लिये लाइम (चूना) एक अत्यावश्यक वस्तु है। यदि शरीर में चूना प्रयाप्त मात्रा में न पहुंचे तो सारा शरीर धीरे-धीरे निर्बल होकर नाकारा हो जाता है। क्योंकि बिना चूने के मस्तिष्क तन्तुओं, शिराओं और अस्तियों का पोषण नहीं हो सकता। इसके अतिरिक्त अन्तड़ियों की गति संचालन के लिये चूना (लाइम) एक अनिवार्य वस्तु है। चूने की सहायता से ही आमाशय में पाचक रस उत्पन्न होता है, और इसी के प्रताप से मूत्र का अम्लत्व दूर होता है। दुग्ध में लाइम की मात्रा, अपेक्षाकृत सबसे अधिक है।

इसलिये दुग्धपान करना परमावश्यक है। मानुषी शरीर

को स्वस्थ और बलवान बनाए रखने के लिये जिन प्रमुख तत्वों की आवश्यका है, वे सब दूध में उपलब्ध होते हैं। हाल के अनुशीलन से यह भी प्रकट हुआ है कि दूध में ऐसे अज्ञात पदार्थ भी विद्यमान हैं, जो अन्य बहुत थोड़ी वस्तुओं में उपलब्ध होते हैं। परन्तु वह जीवन के लिये अत्यन्त आवश्यक हैं। स्वास्थ्य, सौन्दर्य और दीर्घायु के लिये दूध से बढ़कर उत्तम और हितकारी कोई दूसरा भोजन नहीं है। अतः यह निर्विवाद सिद्ध है कि मनुष्य जीवन के लिये दूध एक ईश्वर प्रदत्त न्यामत है, जिसे यथा सामर्थ्य प्रत्येक मनुष्य को प्रति दिन पान करना चाहिए। रही यह बात कि दूध किस तरह इस्तेमाल करना चहिए, कच्चा या पक्का? दूध दूहने में क्या पहतियात दरकार है इत्यादि, इसका वर्णन आगामी पृष्ठों में देखिए।

दूषित दुग्ध के भयंकर परिणाम।

जहां शुद्ध दूध का पान करना स्वास्थ्य रक्षा के लिये अमृत माना गया है, वहीं दूषित दूध स्वास्थ्य का नाश करने के लिये हलाहल बन जाता है। यद्यपि खाने पीने की प्रत्येक वस्तुओं में स्वास्थ्य रक्षा के नियमों का पालन करना आवश्यक है, किन्तु दुग्ध के सम्बन्ध में तो विशेष सावधानी की आवश्यकता है। क्योंकि दूध अपने समीपवर्ती हानिकारक विषैले द्रव्यों का असर अति शीघ्र ग्रहण करलेता है। कच्चे दूध

के वर्तन को यदि किसी रोगी के कमरे में रखदिया जाय तो वैद्यक मतानुसार रोगके नवीन कीटाणु तत्क्षण दूध में प्रविष्ट हो जाते हैं, और इस प्रकार के स्वास्थ्य को हानि पहुंचाने वाले विषैले कीटाणुओं के पनपने का दुग्ध सर्वोत्तम साधन होता है। अतः पाठकों की जान कारी के लिये इस विषय को तनिक विस्तार पूर्वक लिखते हैं।

बाजारू दूध की रसायनिक परीक्षा।

निरन्तर के अनुशीलन से यह बात प्रमाणित हो चुकी है कि जो दूध दुकानों पर क्रय विक्रय के लिये जाता है, उसमें शरदऋतु में १५ बूंद दूध के अन्दर अनुमानतः तीन लाख वेक्टे-रिया होते हैं, और वसन्त ऋतु में प्रायः दस लाख की संख्या में पाये जाते हैं, और ग्रीष्मऋतु में तो इनकी संख्या पचास लाख तक पहुंच जाती है। यदि ऐसे दूध की सुराही में, जो समोष्ण स्थान में रखी गई हो, आधी दरजन वेक्टेरिया प्रविष्ट हो जायं तो कुछ ही देर में उनकी संख्या पांच लाख तक पहुंच जाती है, और ४८ घण्टे के बाद केवल एक कीटाणु के बच्चों की संख्या २८ करोड़ १५ लाख तक हो सकती है। इससे स्पष्ट परिणाम निकाला जा सकता है कि तनिक सी असावधानी से दुग्ध जैसा अमृत तुल्य पदार्थ हलाहल विष बन जाता है, जिस से न मालूम कितने मनुष्य कालका ग्रास बन जाते हैं। इसी कारण

से वैज्ञानिकों ने कच्चे दूध के सेवन से ही रोक दिया है, और इसे स्वास्थ्य के लिए हानिकारक बतलाया गया है। किन्तु यदि पूर्ण सावधानी से शुद्धता पूर्वक दूध निकाला जाए तो कच्चे दूध के समान शक्ति प्रदान करने वाली अन्य कोई वस्तु नहीं होती।

स्वास्थ्य शत्रु कीटाणुओं से दूध को शुद्ध करना।

प्रश्न होता है कि जब कच्चा दूध तनिकसी असावधानी से बिगड़ जाता है तो उसके सुधार का भी कोई उपाय है या नहीं? इसके उत्तर में निवेदन है कि दूध को जोश दे लेना (उष्ण कर लेना) ही उसकी शुद्धता का उत्तम उपाय है। इससे कम्पज्वर, पेचिश, रेडफीवर और उरूक्षत आदि के कीटाणु मर जाते हैं अतएव दूध को बिना जोश दिये नहीं पीना चाहिए।

परन्तु साधारणतया लोग उस दूध को अधिक पसन्द करते हैं, जो बहुत देर तक पकता रहा हो। इसी आधार पर मावा या खोया आदि का अविष्कार हुआ है। किन्तु नई मालूमात से पता लगा है कि दूध को मन्द मन्द अग्नि पर पकाना हानिकारक है। क्योंकि धीमी-धीमी आंच देते रहने से बहुत से गुणकारी तत्वों का नाश हो जाता है। अतः इसका भी विशेष ध्यान रखना आवश्यक है।

दूध को जोश देने की विधि ।

दूध को अग्नि पर केवल इतनी देर रखें कि पांच मिनट तक उबलता रहे, फिर तत्काल उतार कर ठण्डा करलें। अब पुनः इसको जरासा गरम करना भी हानिकारक है। इससे विटामिन नष्ट हो जाती हैं।

दूध में मिलावट ।

गत पृष्ठों में खालिस दूध के लाभ, हानि का वर्णन किया गया था। किन्तु यहां वर्तमान बाजारू दूध के विषय में कुछ पंक्तियां लिख देना अनिवार्य प्रतीत होता है। इस युग में कोई भी अच्छी चीज़ ऐसी नहीं मिलती, जिसमें दुकानदारों ने मिलावट न करदी हो फिर दूध जैसी प्रचूर विकने वाली चीज बिना मिलावट के कैसे बच सकती थी। अतः दूध में भी मिलावट शुरू करदी गई। यदि गाय के दूध में बकरी का दूध मिलाकर बेचने लगते, तो यह भी एक प्रकार का धोखा था मगर उन्होंने तो कमाल ही कर दिया, इसमें ऐसे ऐसे स्वास्थ्य को हानिकर द्रव्य और घृणित वस्तुओं का सम्मिश्रण आरम्भ कर दिया, जिससे अनुभवी लोगों को लिखना पड़ा, कि यदि दूध बेचने वालों की इन घृणित करतूतों का जन साधारण को ज्ञान हो जाता तो शायद दूध से तौबाही कर लेते।

दूध वेचने वालों में से कई तो इसमें दुर्गन्धित और मैला पानी मिलाते हैं और कुछेक अपने अपवित्र और वदबूदार कपड़ों को पानी में भिगोकर निचोड़ते हैं, कई चाक मिट्टी को पानी में घोलकर दूध में सम्मिलित कर देते हैं और कई एक भैंस के गाढे दूध में पानी मिलाकर उसे गाय का दूध कह कर वेचते हैं, सारांश भान्ति २ के कपटाचार करते हैं।

खालिस दूध को परीक्षा।

इसकी परीक्षा के लिए एक यन्त्र का भी आविष्कार हुआ है। जिसका गत पृष्ठों में भी वर्णन हो चुका है। यहां एक दो साधारण विधियां और लिखी जाती हैं।

(१) खालिस दूध की अपेक्षा मिलावट वाला दूध शीघ्र बिगड़ता है।

(२) हाथ को साफ करके एक अंगुली दूध में डालें। यदि अंगुली दूध से भरी रहे तो खालिस समझना चाहिए, वरना नहीं।

(३) शीशे के साफ गिलास में दध भर कर रखें। यदि दूध साफ और गाढा हो, सुस्वादु और श्वेतवर्ण का हो, और कोई चीज़ नीचे गिलास की पेंदी में न जमे तो दूध खालिस होगा। वरना नहीं।

——:o:——

दूध दुहने में सावधानी।

बाजारू दूध के विषय में तो चन्द बातें लिखी जा चुकी हैं, अब उन लोगों से भी कुछ निवेदन करदेना आवश्यकीय प्रतीत होता है, जिनके घरमें, ईश्वरने दूध देनेवाले पशु रखनेकी सामर्थ्य,प्रदान की हुई है। क्योंकि स्वास्थ्यरक्षा सम्बन्धी नियमों से परिचित न होनेके कारण, वहभी बाजारू दूध की भान्ति, इस अमृत तुल्य पदार्थ को सदोष बनालेते हैं।

दूध दुहना भी एक हुनर है।

दूध दुहना भी साधारण काम नहीं है। इसमें सन्देह नहीं है कि प्रत्येक मनुष्य दूध निकालना सीख सकता है, किन्तु प्रत्येक मनुष्य सफल दूहा (दुहने वाला) नहीं बन सकता। योरप और अमेरिका में जहां दूध निकालना एक हुनर समझा जाता है, एक चतुर दूहा डेढसौ रुपया मासिक तक कमालेता है। यह लोग डेरीफार्मों में जाकर डेढसेर तक प्रति मिनटके हिसाबसे दूध निकालते हैं, और लग भग ढाई घंटा तक अविराम काम में लगे रहते हैं। किन्तु अब इस कामके लिये यंत्रोंका भी अविष्कार हो चुका है।

दूहा के ध्यान योग्य बातें।

(१) दूध दुहने से पहिले अपने हाथों और गाय आदि के थनों

को खूब अच्छी तरह साबून से या न्यूनातिन्यून गरम पानी से अच्छी तरह धोकर साफ कर लेना चाहिए।

(२) जिस बर्तन में दूध निकाला जाय, उसको भी प्रति दिन मांजना और धोना चाहिए।

(३) दूध निकालने से पहिले दूध देने वाले पशु को प्यार करना चाहिए और उसके शरीर पर हाथ फेरना चाहिए। उससे पशु बहुत प्रेम करता है। परन्तु दूध दुहने वाला एक ही न होना चाहिए, वरना उसी के हाथ पड़ जायगा और फिर किसी दूसरे आदमी को अपना दूध नहीं निकालने देगा।

(४) प्रायः ही लोग स्तनों को धोने की अपेक्षा केवल गीला कर के दूध निकालते हैं, ऐसा करना हानिकारक है। कारण इससे दुग्धाशय पर लगा हुवा मैल, दूध में शामिल होजाता है। अतएव ऐसे लोगों को उचित है, कि वे स्तनों को गीला करना भी छोड़दें। उससे अपेक्षा कृत यह अधिक कहीं उत्तम है। अमेरीका के डेयरी माहर मिस्टर लारेंस लिखते हैं, कि पहिले मेरी यह धारणा थी कि स्तनों को गीला किये बिना दूध निकालना ठीक नहीं, किन्तु अनुभव ने सिद्ध कर दिया है कि मेरी यह भूल थी। खुश्क थनों से दूध निकालना अधिक उत्तम है। पहिले पहिल इससे कुछ दिन कष्टसा तो प्रतीत होगा, किन्तु अभ्यस्त हो जाने पर इससे होने वाला लाभ उस प्रारम्भिक कष्ट को भुला देगा।

(५) दूध शीघ्र २ निकालना चाहिए, क्योंकि यह सिद्ध हो चुका है कि जितना जल्दी दूध निकाला जावेगा, उतना ही अधिक होता है। धीरे २ दूध निकालने वाले बहुत कम दूध प्राप्त करते हैं।

(६) पशु के थनों में दूध बिलकुल नहीं छोड़ना चाहिए। इससे न केवल दूध कम निकलता है बल्कि पशु दूध देने से रुक जाता है। यहां तक कि रोगी होजाने का भी भय रहता है।

कच्चा दूध किस प्रकार रखना चाहिए।

दूध दुहने के सम्बन्ध में कतिपय हितकारी एवं उपमेय बातें लिखी जा चुकी हैं, अब आवश्यक्ता है कि दूध को किस प्रकार रखना उचित है, दूध कितने समय के पश्चात सेवन करने योग्य नहीं रह जाता, इस पर भी प्रकाश डाला जाय।

(१) यदि कच्चा दुग्ध रखकर सेवन करने की अभिलाषा हो तो उसे किसी लोटे या बोतल में डालकर बर्फ में दबा देना चाहिए। यदि बर्फ न मिल सकती हो तो किसी कपड़े को पानी में भिगो कर लपेट देना चाहिए। इस विधि से दूध दो पहर तक खराब नहीं होता।

(२) दुग्ध पात्र के पास यदि कोई दुर्गन्धित वस्तु पड़ी हुई हो तो उसको हटा देना चाहिए नहीं तो उसकी दुर्गन्ध तत्क्षण दूध में प्रवेश हो जायगी, अतएव दुग्ध को ऐसी वस्तुओं से

सदैव अलग रखना उचित है।

(३) तांबे और पीतल के बर्तनों में दूध रखने से दूध अति शीघ्र बिगड़ जाता है, इस लिये बिना कलई किये हुए पात्र में दुग्ध कदापि न रखा जाय, नहीं तो दूध हानि कारक हो जायगा। कलई प्रतिमास ताज़ा करवालेनी चाहिए या मिट्टी के बर्तनों में डालकर रखना चाहिए।

दुग्ध पान में त्रुटी।

कई लोग इस भूलोक के अमृत (दूध) से इस लिए लाभान्वित नहीं हो सकते कि यह उनके अनुकूल नहीं आता। दूध पीने से उनको अजीर्ण हो जाता है, भूख नहीं लगती, खट्टे डकार आने लगते हैं इत्यादि, अतएव हम इस भ्रम को भी निवारण किए देते हैं। वास्तव में बहुत कम ऐसे मनुष्य देखे गये हैं, जिन्हें इस प्रकार की शिकायत हो बल्कि दुग्ध पान के नियमों से अनभिज्ञ व्यक्तियों को ही इस प्रकार की शिकायत का अवसर मिलता है। वे लोग दूध को या तो उस समय पीते हैं, जब कि वह पड़े-पड़े दूषित हो जाता है, अथवा गट गट पी जाते होंगे। यही कारण है कि उनको दूध हज़म नहीं होता। दूध पीने की सही तरकीब हम नीचे लिखते हैं।

मूंह का थूक प्रकृति ने इसलिये उत्पन्न किया है कि उससे खाद्य पदार्थों को पचाने में सहायता मिले। अनुसन्धान

दूध पीने की सही तरकीब ।

मुंहका थूक प्रकृति ने इसलिये उत्पन्न किया है कि उससे खाद्य पदार्थों को पचाने में सहायता मिले। अनुसन्धान द्वारा यह बात सिद्ध हो चुकी है कि मुखलार एक अत्युत्तम पाचक द्रव्य है। अत एव दूध को इस प्रकार पीना चाहिए कि मुंह में एक घूंट लेजी, और गण्डूष की भान्ति दुग्ध को मुख में एक दो गति देकर निगल लिया। इस विधि से दुग्ध पान करने से वह कदापि हज़म हुए बिना नहीं रह सकता। क्योंकि इस विधि से मुखलार दुग्ध में सम्मलित होकर आमाशय में पहुंचती है जिस से पाचन क्रिया को सहायता मिलती है यही रहस्य की बात है जिसे हृदय पट पर अङ्कित कर लेना चाहिए।

दूध पचाने वाली अनुपम औषधियां ।

यद्यपि उप्रोक विधि से भी दूध सरलता पूर्वक बिना किसी टन्टे के पच जाता है, तथापि कुछेक दुग्ध पाचक औषधियों का वर्णन कर देना उचित प्रतीत होता है। जो अद्वितिय,अनुपम और उपादेय हैं।

——:o:——

दुग्ध पाचक नं० १

यदि दुग्ध पान करते ही मल त्याग करने की अर्थात् टट्टी आने की इच्छा हो जाती हो तो निम्नोक्त औषधिका सेवन करें।

सुहागा ५ तोला लेकर हरे शाहतरा के आध सेर पानी में (यदि न मिल सके तो साधारण पानी में ही) घोलकर पकायें। जब पानी खुश्क होकर सुहागा भुन जाए तो उसको खरल में सूक्ष्म पीसकर किसी शीशी में संभाल कर रखें। आवश्यक्ता के समय इसमें से दो रत्ती सुहागा आध सेर दूध में मिलाकर पिलावें। इससे दूध भी हज़म हो जायगा, और क्षुधा भी खूब लगेगी। अत्यन्त पाचक वस्तु है।

दुग्ध पाचक नं० २

सोडा वाटर जिसमें गैस प्रयाप्त मात्रा में सम्मिलित हो, दूध से चौथाई भाग मिलाकर पिलावें। इससे दूध हज़म हो जाएगा विशेषकर ऐसे लोगों के लिये, जिनको दुग्ध पान करने के पश्चात वमन या अपचिकी शिकायत हो या पेट में गड़गड़ाहट होने लगती हो, अति हितकर है।

दुग्ध पाचक वटिका नं० ३

अफीम शुद्ध १॥ माशा मीठा तेलिया १॥ माशा, फौलाद-

भस्म ५ रत्ती, कृष्णाभ्रक भस्म ६ रत्ती। समस्त औषधियों को गाय के दूध में सम्मिलित करके खरल करें, और एक एक रत्ती की गोलियां बनालें, और एक गोली प्रति दिन प्रातः सायं दोनों समय गो-दुग्ध से दिया करें। अधिक से अधिक दिन भर में चार गोलियां दी जा सकती हैं। प्रति दिन आध पाव दूध बढ़ाते जावें और दूध के सिवाय और कोई चीज खाने को न दें, इस विधि से दूध पिलाने से संग्रहणी का रोग दूर हो जाता है।

दुग्ध पाचक वटिका नं० ४

जिससे १८ सेर दूध प्रति दिन हज़म हो जाता है।

यह प्रयोग हमें एक राज वैद्य की हस्त लिखित कापी में से प्राप्त हुआ था, जो कि दूध हज़म कराने में अनुपम ही है। जिससे हमें प्रयोग प्राप्त हुआ था वे इन गोलियों को दो रुपया प्रति गोली के हिसाब से बेचते हैं। अत्यन्त हाज़ो करा है, और मनुष्य को क्षुधातुर बना देती है। चूंकि यह प्रयोग बहुत लम्बा है, इसलिये इसका प्रमाण दे देना ही पर्याप्त समझते हैं। यह प्रयोग हम अपनी प्रसिद्ध पुस्तक "अद्भुत योग चिन्तामणि" के द्वितिय भाग में प्रकाशित कर चुके हैं। जिन्हें देखने की इच्छा हो, उक्त पुस्तक रसायन कार्यालय हरिद्वार (पंजाब) से मंगवा कर देखलें।

दुग्ध पाचक सरल औषधि ।

चूना अनबुझा पानी में भिगोकर पानी निथारलें, और इस निथरे हुए पानी को दूध में मिलाकर पिलावें। इससे दूध हज़म हो जाता है।

दूध में विभिन्न तत्त्व ।

नीचे लिखे कोष्ठक से यह मालूम होताहै कि औसत दूध में विभिन्न तत्त्व प्रतिशत किस परिमाण में होते हैं।

दूध	पानी	प्रोटीन	चर्बी	कार्बोज	खनिज
मनुष्यका	८७·७५	१·६०	३·८५	६.२५	०·४५
गाय का	८७·३०	३·५५	३·७०	४·८८	०·७१
बकरी	८५·७०	४.३०	४·५०	४·४०	०·८०
भैंस	८२·२०	४·४०	७·१०	४·७०	०·८५

दूध में खनिज द्रव्यों का परिमाण प्रति हजार शुष्क अंश में इस प्रकार होता है:—

क्षारीय या वायु नाशक खनिज तत्त्व ।

दूध	पोटाशियम	सोडियम	केलशियम	मैग्नेशियम	लोहा
मनुष्यका	११·७३	३·१६	५·८०	०·७५	०·०७
गाय का	१३·७०	५·३४	१२·२४	१·६८	०·३०
बकरी का	१५·६०	३·४५	१३·८०	२·३०	०·६०
भैंस का	६·६०	२·८८	१५·८५	१·५०	०·०८

अम्लोत्पादक या वायुकारक तत्त्व ।

दूध	फास्फरस	गन्धक	क्लोरीन	सिलिकाल
मनुष्य का	७·८४	०·३३	६·३८	०·०७
गाय का	१५·७६	०·१७	८·०४	०·०२
बकरी का	२१·०५	०·३०	१३·५०	०·२०
भैंस का	१६·१५	१·२७	३·४९	०·००

इनके सिवाय आयोडीन, संखिया, कुचला, सुवर्ण, ताम्रादि धातुएं भी अत्यन्त सूक्ष्म मात्रा में पाई जाती हैं। क्षारीय पदार्थ जीवन क्रिया को तीव्र करके शरीर को नीरोग करते हैं अम्लीय तत्त्व शरीर का पोषण करते हैं। शरीर को स्वस्थ रखने के लिए दोनों प्रकार के तत्त्वों की जरूरत है। वायु कारक तत्त्वों की अधिकता से रोग होते हैं।

दूध से शरीर की सब प्रकार की व्याधियों को दूर करने की विधि।

अब हम एक ऐसी प्रमाणिक विधि लिखते हैं जिससे मनुष्य शरीर में उत्पन्न होने वाली समस्त व्याधियों की चिकित्सा केवल दूध से ही सरलता पूर्वक की जा सकती है। पाश्चात्य देशों में इसी चिकित्सा विधी से आज अनेक असाध्य रोगी अच्छे किये जा रहे हैं। एक सुप्रसिद्ध अङ्गरेज महिला श्रीमति एक

ऋहीला विलकॉक्स (Ella wheeler wilcox) का कथन है कि" हृदय से सम्बन्ध रखने वाले रोगों को (Organic Heart Tronble.) छोड़ कर कोई भी शारीरिक व्याधि ऐसी नहीं है जो आग्रह पूर्वक दूध के सेवन से मिट न जाय यहां तक कि राजयक्ष्मा और विद्रधि (Caucer) जैसे भयंकर रोग भी दूध की चिकित्सा से चले जाते हैं। अमेरीका में अब ऐसे बहुत से चिकित्सालय स्थापित हुए हैं जिनमें प्रत्येक कठिन से कठिन और असाध्य से असाध्य रोगी की चिकित्सा केवल मात्र दूध से की जाती है और वहां के कितने ही डाक्टर लोग इस पुस्तक में लिखी गई बातों से भी कम बातें बतलाकर रोगियों से सौ डालर अर्थात तीन सौ से भी अधिक रुपया ले लेते हैं। हमें पूरा विश्वास है कि जो लोग रोग ग्रसित होंगे वे हमारे बतलाए हुए नियमों का आग्रह पूर्वक पालन करके अवश्य ही रोग से अपना पिण्ड छुड़ा सकेंगे जो रोगी नहीं होंगे वे अपने स्वास्थ्य की दशा और भी अधिक सुधार लेंगे।

दूध व्याधि-मात्र को दूर करने वाला है। अब हम यह बतलाना चाहते हैं कि व्याधियों को मिटाने के लिए दूधका सेवन किस प्रकार किया जाना चाहिए।

कुछेक प्रारम्भिक बातें।

१) दूध की चिकित्सा के पहिले एक, दो या तीन निराहार

उपवास कर लेने चाहिए। उपवास के दिनों में पांच सेर से लेकर सात सेर तक पानी नित्य पी लेना उचित है उपवास से शरीर का सारा मल निकल जाता है। उपवास के पीछे दूध की चिकित्सा आरम्भ करने से शीघ्र लाभ होता है परन्तु उपवास करने से यदि कष्ट अधिक हो तो बल पूर्वक उपवास नहीं करना चाहिए।

(२) दूध का सेवन जिन दिनों में चल रहा हो, उन दिनों में यदि हो सके तो पूरा पूरा विश्राम किया जाय। क्योंकि विश्राम करने से अति शीघ्र लाभ हो सकता है। परन्तु यदि रोग कठिन न हो, तो नित्य का साधारण काम काज किया जाय तो कोई हानि नहीं है।

(३) मुख्य बात इस चिकित्सा में ध्यान देने की यही है कि मनको सदा प्रसन्न रखा जाय। एक दो सप्ताह तक बालकों की न्यांई यदि शय्या पर लेटा जासके तो लेटा रहना चाहिए। बालकों की नाई प्रहृष्ट चित्त होकर रहना चाहिए। यदि दूध का सेवन करने के दिनों में एक दो सप्ताह तक कुछ भी काम न किया जाय और पलंग पर लेटे हुए विश्राम किया जाय, तो शरीर बहुत अधिक पुष्ट होगा और उसमें रक्त की भी प्रयाप्त मात्रा में वृद्धि होगी।

(४) दुग्ध चिकित्सा के दिनोंमें दूध के अतिरिक्त अन्य कोई वस्तु

नहीं खानी चाहिए। दूध में भोजन के सभी प्रमुख तत्व मौजूद होते हैं इसलिए कष्ट की कोई बात नहीं। दूसरे यदि दूसरी खुराक के साथ साथ जो बहुत सा दूध पिया जायगा तो दूधमें मिले हुए पोषकतत्त्व परिमाण में घट जावेंगे। दूध के अतिरिक्त दूसरी खुराक में यदि नाइट्रोजन और कार्बन अधिक होंगे तो वे शरीर की नसों में भर जायेंगे जिससे शरीर के अन्यान्य अवयवों पर आवश्यकता से अधिक बोझ हो जायगा। अतएव रोग का शीघ्र नाश करने के लिए दुग्ध-सेवन काल में कोई भी दूसरा भोजन न लिया जाय।

दुग्ध चिकित्सा के नियम व विधि।

(१) प्रत्येक मनुष्य को प्रति दिन कितना दूध पीना चाहिये, यह निश्चय करना कठिन है। क्योंकि भिन्न २ प्रकृति के मनुष्य होते हैं। प्रत्येक व्यक्ति के लिए भोजन भी तो निश्चय नहीं किया जा सकता। कई व्यक्ति दो दो सेर भोजन सुगमता पूर्वक खा जायेंगे किन्तु बहुत से व्यक्ति पाव भर भी कठिनता से खा सकते हैं। उत्तम तो यही है कि लोग अपनी २ आवश्यकता समझकर अपने लिए दूध का परिमाण स्वयं निश्चय करलें। यद्यपि अमेरीका में कितने ही रोगियों को नित्य २० सेर से २५ सेर तक दूध दिया जाता है तथापि यदि दूध का सेवन करने से पहिले उपवास न किए गए हों

तो, तब भी पहले दिन तीन सेर दूध से आरम्भ करना चाहिये। क्योंकि अमेरीकावासियों की भांति भारत में इतना अधिक दूध पीने की आवश्यकता नहीं है। यहां वालों को थोड़े परिमाण में पिया हुआ दूध जितना लाभदायक होगा, उतना अधिक परिमाण में पिया हुआ नहीं होगा।

(२) दूध बिना पानी का विशुद्ध लेना चाहिए और गाय का ही सर्वोत्तम है।

(३) पीने के लिये जो दूध लिया जाय वह पहिले हिला लिया जाय फिर चम्मच से थोड़ा २ करके आधा सेर दूध एक बार में पीना चाहिए। और आध सेर दूध पीने में ३ से ५ मिनट तक का समय लगाना चाहिए। चम्मच से डाला हुआ दूध जब मुँह में पहुँचे तब उसे थोड़ी देर तक मुँह में रोककर उसमें मुँह की लार मिलने देना चाहिए जब थोड़ी लार मिल जावे तब कण्ठ से नीचे निगल लेना उचित है। तद्पश्चात् आध घण्टे बाद फिर आध सेर दूध इसी नियम से पीना चाहिए। इस रीति पर सवेरे ५ बजे से ८॥ बजे तक २ सेर दूध पी लिया जा सकता है।

इसके अनन्तर एक या दो घण्टे ठहर कर फिर ऊपर बतलाई हुई विधि से दूध पीना शुरू करें। यदि सम्भव हो तो ताजा दूध लेकर उपयोग करें, नहीं तो फिर सवेरे का लिया

हुआ दूध लेकर काम में लाना चाहिए। दूध को बिगड़ने से बताने के लिये दूध के लोटे को बर्फ में दबा कर रखना चाहिए। यदि बर्फ का प्रबन्ध न हो सके तो लोटे पर पानी में भीगा हुआ कपड़ा लपेट देना चाहिए। इस प्रकर से रखा हुआ दूध एक बजे तक नहीं बिगड़ेगा।

साढे नौ बजे तक दो सेर दूध पीने के उपरान्त १०॥ या ११॥ बजे फिर दूध पीना आरम्भ करें और उप्रोक्त विधि से आध आध घंटे के अन्तर से आध-आध सेर कर के सेर या १॥ सेर दूध पी लिया जाय। इसके बाद सन्ध्या तक कुछ न खाया जाय। जब सन्ध्या समय ताजा दूध आवे तब बाकी का एक सेर दूध भी दो बार में पूर्वोक्त विधि से पी लिया जाय।

(४) दूध हमेशा कच्चा ही पीना चाहिए। औटाने से उस के पोषक तत्व नष्ट हो जाते हैं। औटाने के अतिरिक्त दूध में शक्कर या खांड आदि बिलकुल न मिलानी चाहिए।

(५) दो दिन तक इस रीति से दूध का सेवन करने के पश्चात दूध का परिमाण बढाकर पांच छः सेर या सात सेर कर देना चाहिए। किन्तु एक दम सात सेर दूध पर न आ जाना चाहिए बल्कि एक एक सेर दूध नित्य बढाना चाहिए। प्रातःकाल साढे सात बजे से यदि दूध पीना आरम्भ किया जाय तो दस बजने तक तीन सेर दूध पी लिया जायगा पीछे साढ़े ग्यारह बजे से फिर शुरू

करदें। दोपहर के एक बजे तक और दो सेर दूध पी लिया जायगा। तद्पश्चात सन्ध्या के सात बजे से ८ बजे तक बाकी का दो सेर दूध पेट में चला जायगा। इस रीति से सात सेर दूध नित्य पिया जा सकेगा।

(६) एकदम दूध गटगट करके नहीं बल्कि थोड़ा २ घूंट-घूंट करके पीना चाहिए।

(७) तीन या चार दिन छः या सात सेर दूध पिया जाय, बाद में यदि शरीर में शक्ति हो तो और दूध का परिमाण बढाने की आवश्यकता पड़े तो एक २ सेर करके दस सेर तक दूध बढा लिया जाय। आवश्यकता होने पर इससे अधिक भी बढाया जा सकता है। अमेरीका में तो एक रोगी ऐसा था जो नित्य १२॥ सेर दूध पीलिया करता था, किन्तु सबकी प्रकृति एकसी नहीं होती। जितना दूध सुगमता पूर्वक नित्य बढाया जासके उतना बढाया जाय। यही उत्तम है।

इस प्रकार दूध का सेवन प्रत्येक मनुष्य को कमसे कम दो महीने तक तो करना ही चाहिए। अनेक मनुष्यों को तीन या चार-महीने तक उसके जारी रखने की जरूरत होती है। जब-तक पेटकी सब प्रकार की गड़बड़ न मिटजाय, शरीर का दुबलापन दूर होकर जब तक सभी अंग प्रत्यंग मांसल और पुष्ट न हो जांय, शरीर में रक्त वृद्धिसे मुख मण्डल पर खून की सुर्खी आ

तक न आजाय और शरीरका वर्ण जबतक गोरा होकर बालक की न्याई स्वच्छ और तेजयुक्त न हो जाय तब तक दूध का सेवन जारी रखना परमावश्यक है।

सेरों दूध हजम करने की विधि।

प्रिय पाठकवृन्द! आप भली भान्ति समझ गए होंगे कि बिना किसी औषधि की सहायता के दूध को हजम करने की विधि का हम ऊपर कथन कर चुके हैं जो चाहें इससे लाभान्वित हो सकते हैं।

वजन बढाना।

वज़न बढाने के लिये भी और कोई विशेष विधि नहीं है बल्कि यही विधि है, जिस का वर्णन हो चुका है इस से दिन प्रतिदिन रक्त उत्पन्न होकर बज़न बढने लगता है बल्कि कई लोगों का तो प्रतिदिन आध २ सेर अपितु सेर २ बजन वढ जाता है। पाचन शक्ति आदि के ठीक हो जानेपर एक स्त्री का बजन तो ६ सेर नित्य बढता था। तीन सेर नित्य वढने के कई उदाहरण देखने में आए हैं। अमेरीका लॉस एंजेलिस नामक नगर की निवासिनी मिसेस फोल्डे नाम की एक अंग्रेज महिला ने ७॥ सेर दूध तीन महीने तक नित्य पीकर शरीर का वजन ३२ सेर बढा लिया था। उनका शरीर इतना स्वस्थ हुआ था कि जितना पहिले कभी नहीं हुआ।

बढ़ा हुआ वज़न कम न होगा ।

कई लोगों को शंका हुआ करती है कि इस प्रकार से बढ़ा हुआ शरीर का वज़न स्थिर रहेगा भी कि नहीं? यदि वह आरोग्य के नियमों का ठीक २ पालन करें तो यह बढ़ा हुवा वज़न ज्यों का त्यों बना रहेगा।

दूध सेवन से आरोग्य हो जाने के बाद और नित्य प्रति साधारण रीति पर अन्न भोजन करने लगने के बाद भी सुयोग पानेपर वर्ष में एक बार ऊपर कही रीति से दूध का सेवन करते रहने पर आरोग्य पूर्ण रीति से प्राप्त होता रहता है।

एक विशेष सूचना ।

जिनके पेट में दूध वायु उत्पन्न करता या 'गुड़-गुड़' बोलता मालूम पड़े उन्हें चाहिए कि वे प्रातः काल दूध का सेवन शुरू करने से कोई एक घंटा पहले एक या आधे खट्टे नींबू का रस निकाल कर उसमें एक या दो चम्मच शीतल जल मिलाकर पी जाय। जिन्हें दूध पीने में अरुचि हो उन्हें भी इसी प्रकार नीबू का रस लेना श्रेयस्कर है। जिनके पेट में अम्लतत्व (Acid) कम परिमाण में होता है उन्हीं को दूध में रुचि नहीं होती और उन्हीं के पेट में पहुंच कर दूध वायु उत्पन्न करता या 'गुड़ गुड़' बोलता है। इसी लिए नींबू का रस बतलाया गया है।

दुग्ध से बनने वाले स्वादिष्ट मिष्टान्न।

वास्तव यह वैद्यक सम्बन्धी पुस्तक है, और इसमें हमने केवल दुग्ध के वैद्यकीय गुणों का ही वर्णन करना है, तथापि नीचे कुछेक स्वादिष्ट मिष्टान्न बनाने की विधियां भी लिख दी हैं जो कि न केवल अति स्वादिष्ट ही है बल्कि वैद्यक मतानुसार भी लाभदायक हैं, आशा है पाठकगण बनाकर लाभान्वित होंगे।

बादाम की खीर।

मगज़ बादाम पाव भर लेकर गरम पानी में भिगोदें और कुछ देर बाद उसका छिलका उतार डालें। तद्पश्चात् चाकू से कतर कर चावल के तादृश्य टुकड़े बनालें और फिर दो सेर दूध को मंद २ अग्निपर पकावें जब आध सेर दूध जल जावे तब कतरे हुए मगज़ बादाम डाल कर चम्मचे से हिलाते रहें। जब दूध गाढ़ा होजावे और मगजबादाम तथा दुध मिल जावे तब इलायची के बीज और रूह केवड़ा आवश्यकतानुसार डाल कर मिलादें, और नीचे उतार लें। फिर खांड या मिश्री मिला कर तशतरियों में डाल कर ठण्डी होने रखदें। जब तनिक शीतल हो जावे तब ऊपर चांदी के वर्क लगादें।

लाभ—अत्यन्त स्वादिष्ट और मस्तिष्क को बल देने में अपूर्व है।

स्पेशल खीर ।

यह भी अत्यन्त स्वादिष्ट और अमीरों के लिये उत्तम पदार्थ है। बनाने की विधि यह है कि अत्युत्तम पाव भर चावल लेकर सेर भर गुलाब जलमें आद्रित करके ३ घन्टा रखा रहने दें, फिर तौलिये में बांध कर रखदें ताकि खुश्क हो जायें। तत् पश्चात पाव भर घृत में भून लें। इतना भूनें कि चावल सुर्ख हो जावें फिर३ सेर भैंस के दुग्ध में डालकर पकावें। जब अच्छी तरह पक जावे तब थोड़ी सी रुह केवड़ा और इलायची के बीज डाल कर पांच छटांक मिश्री मिलाकर तशतरियों में रखदें, और ऊपर स्वर्ण यारोग्य वर्क लगाकर पिस्ता कतर कर डालदें, और खालें।

दूध की झाग ।

यह देहली में खूब बिकती है। बेचने वाले एक २ पैसे में एक तशतरी देते हैं। हमने इसका प्रयोग भी मालूम कर लिया था जो आज अविकल रूप से नीचे अङ्कित कर देते हैं।

विधि—एक सेर दूध में दो तोला समुद्र झाग का गर्भ सूक्ष्म पीस कर मिलादो, फिर जब मथोगे तो गाढ़ी २ झाग पैदा होगी इसे तशतरियों में भरते जाओ। आश्चर्य तो यह है कि झाग तशतरियों में ज्यों के त्यों पड़े रहते हैं गिरते नहीं। इसमें खांड नहीं मिलानी चाहिए।

शिर की बीमारियां ।

सिर की वे बीमारियां जिनके लिये दूध लाभदायक सिद्ध हुआ है उन्हीं बीमारियों का यहां कथन किया जाता है। दृष्टि कोण से जिस पशु का दुग्ध जहां उपयोगी सिद्ध होगा उसका नाम वहां लिख दिया जावेगा।

गरमी का शिर दर्द ।

यह शिर दर्द उष्ण वस्तुओं के अधिक सेवन से अथवा धूप में चलने फिरने से उत्पन्न होता है। जिसके लिये आध सेर गो दुग्ध में तीन तोला इमली (जिसको गरम पानी में धोकर साफ कर लिया हो) डाल कर एक घन्टा भिगोकर रखदें। तदपश्चात अग्नि पर पकावे । जब दूध फट जाय तब छान कर पानी को अलग करके पानी में मिश्री मिला कर शीतल करके पिलादें। तीन चार दिवस के उपयोग से निश्चय शिर दर्द मिट जावेगा। यदि रोगी के मस्तक पर इसकी मालिश भी करदी जाया करे तो शीघ्र लाभ होगा।

(२) सर्दी के सिरदर्द का चुटकला ।

रोगी ऐसे मकान में, जहां वायु का प्रवेश न हो-बिठा कर गरम दूध की वाष्प दें या गरम दूध से सिर को धोवें। अवश्य लाभ होगा।

(३) दूध की टकोर का चमत्कार।

डा० सरदार अली साहिब "अलवी" के चिकित्सालय में शिर दर्द का एक ऐसा रोगी आया जिसके दोनों ओर दर्द था और टीस मारता था, कस कर बांध देने से लाभ होता था चूंकि रोगी को कब्जी भी थी इस लिये प्रथम उसे मगनेशिया का जुलाब दिया गया जिससे रोगी को तीन दस्त हुए फिर निम्नलिखित विधि से दूध की टकोर की गई। बस! डेढ घंटा में आराम हो गया।

(४) टकोर करने की विधि।

एक सूती कपड़े को दूध में भिगोकर तनिकसा निचोड़ दें (ताकि दूध न टपके) फिर पीडा स्थान पर रखकर ऊपर से फलालेन की पट्टी बांधदें। यह पट्टी एकसे दो घन्टा तक आवश्यकतानुसार रखी जा सकती है और इस प्रकार रोग की दशा के अनुसार दो से छः बार तक टकोर की जा सकती है। कठिन पीड़ा में यथा दर्द गुरदा आदि में दूध की पट्टी पर फलालेन का टुकड़ा समोष्ण करके रखना उचित है (अलवी)

(५) टकोर का एक और चमत्कार

एक स्त्री हमारे चिकित्सालय में सिर दर्द पीड़ा से व्याकुल होकर आई जिसको चार मास से सिर दर्द की बीमारी थी।

दर्द दौरे से आता था। मासिक धर्म की भी कोई खराबी नहीं थी: नाहीं कब्जी थी। इस लिये कोई कारण विशेष तो ज्ञात हुआ नहीं कि दर्द क्यों है, तथापि ईश्वर पर भरोसा रखकर दूध से ही चिकित्सा आरम्भ करदी गई, जिसका विवर्ण इस प्रकार है कि दुग्ध से ही दिन में तीन वार उपरोक्त विधि से टकोर की गई। डेढ घंटा अन्तर से एक सप्ताह तक इसी प्रकार टकोर कराते रहे और किसी औषधि प्रयोग नहीं किया। एक सप्ताह में ही पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हो गया और सिरदर्द मिट कर दौरे बन्द हो गये।

(७) अर्धाव भेदक [आधाशीशी]

यह भी शिर दर्द की एक किस्म है। इस रोग में रोगी के आधे शिर में कठिन पीड़ा हुआ करती है। रोगी प्रकाश की ओर नहीं देख सकता इसकी सर्वोत्तम चिकित्सा यह है कि रोगी को दो दिन तक सिवाय दुध, जलेबी के और कुछ खाने को न दें। आशा है कि आराम हो जायगा।

(७) द्वितिय प्रयोग।

आध सेर गोदुग्ध में एक तोला मगजबादाम के छोटे २ टुकड़े बनाकर डालदें और पूर्व कथनानुसार खीर बनाकर मिश्री से मीठा करके खिलायें इसको कुछेक दिवस सेवन करने से रोग से छुटकारा मिल जाता है।

(८) तृतिय प्रयोग [मिठाई]

गोदुग्ध का खोया बनाकर उसके पेड़े बनावे और वह पेड़े रोगी को खाने के लिये दें किन्तु शर्त यह है कि रोगी को सिवाय पेड़ों के और कुछ भी खाने को न दें। इस से आधाशीशी का रोग नष्ट हो जाता है ।

(९) मस्तिष्क की निर्वलता ।

मस्तिष्क की निर्वलता एक ऐसी बीमारी है, जिससे सिर दर्द, नज़ला, जुकाम आदि रोग उत्पन्न हो जाते हैं फिर इनसे विगड़ कर भान्ति २ के कष्ट हो जाते हैं, अतः यहां मस्तिष्क को बल प्रदान करने वाले कुछेक प्रयोगों उल्लेख किया जाता है। जिनमें से पहला प्रयोग धनिक लोगों के काम का है।

(१०) मस्तिष्क को अत्यन्त बल प्रदान करने वाला बकरी का दूध।

यह एक वैद्यक सिद्धान्त है कि बकरी को जो वस्तुएं खिलाई जावेंगी उन वस्तुओं की तासीर बकरी के दूध में प्रविष्ट हो जाती है। अतएव जो महाशय, मगजबादाम, अखरोट, पिस्ता आदि को अधिक मात्रा में सेवन न कर सकते हों उनको उचित है कि उत्तम स्वस्थ बकरी लेकर उसको इच्छानुसार पौष्टिक मेवों की गिरियां खिलाना शुरू करदें और उसका दूध

नित्य प्रति सेवन करते रहें। फिर देखें, कि यह दूध मस्तिष्क को बल पहुंचाने में कैसा अक्सीर सिद्ध होता है।

कथा।

स्व० श्रीमान् महाराजा साहिब पटियाला के सम्बन्ध में एक हकीम साहिब ने फरमाया था, कि उनके लिए एक बकरी को मगज (बादाम, अखरोट, पिस्ते आदि की गिरियां) ही खिलाए जाते थे, और उस बकरी का दूध ऐसा होता था कि आग पर रखने से समस्त दुग्ध मलाई बन जाया करता था। जो महाशय सामर्थ्य रखते हों वह इस विधि से लाभ उठा सकते हैं।

[११] द्वितिय प्रयोग।

स्त्री के दूध में कपड़ा भिगोकर रोगी के सिर पर रखें और हर आध घन्टे के बाद बदलते रहें, कुछ ही दिन में मस्तिष्क (दिमाग) पुष्ट हो जायेगा।

(१२] निद्रा न आना।

यदि उपरोक्त विधि से स्त्री के दूध से भिगोया हुवा कपड़ा रोगी के सिर पर रखा जाय और उसके हाथ पावों की तलियों पर इसी दूध की मालिश की जाय तो नींद आने लगती है। अति प्रभावोत्पादक वस्तु है।

(१३) प्रतिनिधि ।

यदि स्त्री का दूध प्राप्त न हो सके तो उसके अभाव में बकरी के दुग्ध का प्रयोग करें। इससे भी रोगी को प्रायः नींद आ जाया करती है। किन्तु ऐसी दशा में कपड़ा दूध से भिगो कर माथे (पेशानी) पर भी रखना चाहिए।

(१४) ताजा अनुभव ।

एक १८ वर्ष की आयु का रोगी चिकित्सालय में आया, जिसको नींद बहुत कम आती थी और सारी रात करवटें बदल बदल कर व्यतीत करता था। उस से कहा गया कि सिर और टांगों पर दूध की टकोर (सेंक) तीनबार कराये। ऐसा करने से उसे पहिले ही दिन प्रयाप्त नींद आई और एक सप्ताह पर्यन्त इसी चिकित्सा को जारी रखागया जिससे उसे पूर्ण आराम होगया। (अलवी)

(१५) मंद बुद्धि बालकों के लिए।

गौ दुग्ध स्मर्णशक्ति को तीव्र बनाने में अति लाभदायक है। विशेष कर मंद बुद्धि बालकों के लिये तो अमृत के तुल्य है यदि साथ में आधी रत्ती लाल चीनी भी चबवादी जाय तो और भी अधिक लाभदायक है। इसी प्रकार छोटी इलायची खिला कर ऊपर से दूध पिलाना श्रयेस्कर है।

(१६) पागलपन।

यह तो नहीं कहा जा सकता कि दूध पागलपन के लिये एक ही अक्सीर है तथापि इसमें सन्देह नहीं कि लाभदायक अवश्य है। यहां हम दो ऐसे प्रयोग लिखते हैं जिनसे आपको अनुमान होजायगा कि दूध से किस प्रकार पागल और दीवाने लोगों को स्वास्थ्य लाभदायक होता है।

पागल पनके एक प्रसिध्द चिकत्सक—
की
चिकित्सा प्रणाली।

बघा पाल्हिया एक गांव है, वहां पर एक महाशय केवल दीवानों, पागलों का ही इलाज करते हैं। चूंकि आप सफल चिकित्सक हैं अतएव दस २ पागल जंजीरों से जकड़े हुए हकीम साहिब के पास मौजूद रहते हैं।

हकीम साहिब ४०) से कम फीस किसी रोगी से नहीं लेते सारांश आप सफल चिकित्सक हैं और इसी एक ही चिकित्सा के बल पर अपने जीवन को सुख पूर्वक व्यतीत कर रहे हैं। चूंकि हमारे हृदय में तो हर समय यही धुन समाई रहती है कि गुप्त से गुप्त प्रयोग मालूम करके जनता के सन्मुख रक्खें जैसा कि हमारी "अनुभूत योग चिन्तामणि" और

"पेटेण्ट औषधियें और भारतवर्ष" आदि पुस्तकों से प्रगट ही है। अतएव इस चिकित्सा विधि को मालूम किये बिना हम कैसे रह सकते थे। जिस किसी प्रकार मालूम करके अब आपकी सेवा में सादर समर्पित करता हूं।

यदि रोगी के शरीर में रुधिर की अधिकता प्रतीत होतो फसद खोल कर रुधिर निकलवा दिया जाता है, फिर निम्नलिखित विधि से दुग्ध का सेवन कराया जाता है, जिससे रोगी को पूरा आराम आजाता है।

विधि

एक अहमरकानी रंग की स्वस्थ बकरी लावें। अर्थात् उसकी रंगत लालिमा युक्त काली हो। ऐसी बकरी का सेर भर दूध लेकर मिट्टी की हांडी में डालें और उसमें ४ तोला अंगूरी सिरका मिला कर आग पर रखें और जंगली अंजीर की लकड़ी से हिलाते रहें जब दूध फट जाय, तो छानकर पानी में मिश्री मिलाकर पिलावें, और पनीर को रोगी के शरीर पर मालिश करावें। इसी प्रकार ४० दिवस पर्यन्त चिकित्सा करने से अवश्य आराम हो जाता है।

दुसरा चुटकला।

रोगी के शिर के बाल उतरवा कर उस के शिर पर खद्दर

का ४ तह किया हुआ कपड़ा रखें और बकरी के दूध से तर करते रहें। प्रति दिन न्यूनातिन्यून १२ घंटे तक शिर को तर रक्खे। मानो यह एक सरलसा चुटकला है, परन्तु अनुभव करने पर अति लाभ दायक सिद्ध होता है। यदि इस से रोग समूल नष्ट न भी होगा तो भी आराम जरूर हो जावेगा।

अपस्मार (मृगी) का सरल उपाय।

यह अत्यन्त ही दुष्ट और भयंकर व्याधि है, जिसके अगद बहुत कम हैं। मेरे अनुभव में तो नहीं आया, किन्तु एक हकीम साहब ने, जो कि बहुत ही योग्य थे—लिखा है, कि तीन पाव ऊंटनी का दूध बिलकुल ताजा लेकर मिट्टी की हांडी में डालें और इस में ४ तोला अंगूरी सिरका मिलाकर अग्नि पर रक्खें और दूध के फट जाने पर छान कर शर्बत जूफा ६ तोला मिला कर प्रातःकाल प्रति दिन पिलाया करें और प्रातः सायं दोनों समय ८ से १० माशा तक बादाम रोगन रोटी से खिलाया करें इसी से मृगी के रोगी को लाभ हो जाता है।

सन्निपात की दुग्ध चिकित्सा।

यह एक ऐसा भयंकर रोग है, कि जिस से हजारों प्राणी क्षणभंगुर संसार से परलोक को सिधार जाते हैं। इसका सविस्तार वर्णन तो "अनुभूत योग चिन्तामणि" में किया गया है।

(१३) प्रतिनिधि।

यदि स्त्री का दूध प्राप्त न हो सके तो उसके अभाव में बकरी के दुग्ध का प्रयोग करें। इससे भी रोगी को प्रायः नींद आ जाया करती है। किन्तु ऐसी दशा में कपड़ा दूध से भिगो कर माथे (पेशानी) पर भी रखना चाहिए।

(१४) ताजा अनुभव।

एक १८ वर्ष की आयु का रोगी चिकित्सालय में आया, जिसको नींद बहुत कम आती थी और सारी रात करवटें बदल बदल कर व्यतीत करता था। उस से कहा गया कि सिर और टांगों पर दूध की टकोर (सेंक) तीनवार कराये। ऐसा करने से उसे पहिले ही दिन प्रयाप्त नींद आई और एक सप्ताह पर्यन्त इसी चिकित्सा को जारी रखागया जिससे उसे पूर्ण आराम होगया। (अलवी)

(१५) मंद बुद्धि बालकों के लिए।

गौ दुग्ध स्मर्णशक्ति को तीव्र बनाने में अति लाभदायक है। विशेष कर मंद बुद्धि बालकों के लिये तो अमृत के तुल्य है यदि साथ में आधी रत्ती दाल चीनी भी चबवादी जाय तो और भी अधिक लाभदायक है। इसी प्रकार छोटी इलायची खिला कर ऊपर से दूध पिलाना श्रेयस्कर है।

(१६) पागलपन।

यह तो नहीं कहा जा सकता कि दूध पागलपन के लिये एक ही अक्सीर है तथापि इसमें सन्देह नहीं कि लाभदायक अवश्य है। यहां हम दो ऐसे प्रयोग लिखते हैं जिनसे आपको अनुमान होजायगा कि दूध से किस प्रकार पागल और दीवाने लोगों को स्वास्थ्य लाभदायक होता है।

पागल पनके एक प्रसिध्द चिकत्सक—

की

चिकित्सा प्रणाली।

बघा पाल्हिया एक गांव है, वहां पर एक महाशय केवल दीवानों, पागलों का ही इलाज करते हैं। चूंकि आप सफल चिकित्सक हैं अतएव दस २ पागल जंजीरों से जकड़े हुए हकीम साहिब के पास मौजूद रहते हैं।

हकीम साहिब ४०) से कम फीस किसी रोगी से नहीं लेते सारांश आप सफल चिकित्सक हैं और इसी एक ही चिकित्सा के बल पर अपने जीवन को सुख पूर्वक व्यतीत कर रहे हैं। चूंकि हमारे हृदय में तो हर समय यही धुन समाई रहती है कि गुप्त से गुप्त प्रयोग मालूम करके जनता के सन्मुख रखदें जैसा कि हमारी "अनुभूत योग चिन्तामणि" और

"पेटेण्ट औषधियें और भारतवर्ष" आदि पुस्तकों से प्रगट ही है। अतएव इस चिकित्सा विधि को मालूम किये विना हम कैसे रह सकते थे। जिस किसी प्रकार मालूम करके अब आपकी सेवा में सादर समर्पित करता हूं।

यदि रोगी के शरीर में रुधिर की अधिकता प्रतीत होतो फसद खोल कर रुधिर निकलवा दिया जाता है, फिर निम्नलिखित विधि से दुग्ध का सेवन कराया जाता है, जिससे रोगी को पूरा आराम आजाता है।

विधि

एक अहमरकानी रंग की स्वस्थ बकरी लावें। अर्थात् उसकी रंगत लालिमा युक्त काली हो। ऐसी बकरी का सेर भर दूध लेकर मिट्टी की हांडी में डालें और उसमें ४ तोला अंगूरी सिरका मिला कर आग पर रखें और जंगली अंजीर की लकड़ी से हिलाते रहें जब दूध फट जाय, तो छानकर पानी में मिश्री मिलाकर पिलावें, और पनीर की रोगी के शरीर पर मालिश करावें। इसी प्रकार ४० दिवस पर्यन्त चिकित्सा करने से अवश्य आराम हो जाता है।

दुसरा चुटकला।

रोगी के शिर के बाल उतरवा कर उस के शिर पर खद्दर

का ४ तह किया हुआ कपड़ा रखें और बकरी के दूध से तर करते रहें। प्रति दिन न्यूनातिन्यून १२ घंटे तक शिर को तर रक्खे। मानो यह एक सरलसा चुटकला है, परन्तु अनुभव करने पर अति लाभ दायक सिद्ध होता है। यदि इस से रोग समूल नष्ट न भी होगा तो भी आराम जरूर हो जावेगा।

अपस्मार (मृगी) का सरल उपाय।

यह अत्यन्त ही दुष्ट और भयंकर व्याधि है,जिसकेअगद बहुत कम हैं। मेरे अनुभव में तो नहीं आया, किन्तु एक हकीम साहब ने, जो कि बहुत ही योग्य थे—लिखा है, कि तीन पाव ऊंटनी का दूध बिलकुल ताजा लेकर मिट्टी की हांडी में डालें और इस में ४ तोला अंगूरी सिरका मिलाकर अग्नि पर रक्खें और दूध के फट जाने पर छान कर शर्बत जूफा ६तोला मिला कर प्रातःकाल प्रति दिन पिलाया करें और प्रातः सायं दोनों समय ८ से १० माशा तक बादाम रोगन रोटी से खिलाया करें इसी से मृगी के रोगी को लाभ हो जाता है।

सन्निपात की दुग्ध चिकित्सा।

यह एक ऐसा भयंकर रोग है, कि जिस से हजारों प्राणी क्षणभंगुर संसार से परलोक को सिधार जाते हैं। इसका सविस्तार वर्णन तो "अनुभूत योग चिन्तामणि" में किया गया है।

यहां एक ऐसा प्रयोग लिखते हैं, जिससे सन्निपात की चिकित्सा दुग्ध द्वारा सरलता पूर्वक की जा सकती है।

मुझे एक रोगी को देखने के लिए बुलाया गया जिनको कठिन ज्वर था और ज्वर के वेग से विस्तर से भागने की कोशिश करता था और सन्निपात की अवस्था हो रही थी। मैंने परिचारकों को रोगी के सिर और टांगों पर आध घन्टा तक दूध की टकोर करने की आज्ञा दी और उसे इतने अल्प काल में ही सन्निपात को आराम होगया। देखिये! एक कठिन रोग के लिए कितना सरल प्रयोग है। (अल्वी)

नोटः—मेरी राय में यह उपाय अवास्तविक सन्निपात के लिए ही लाभदायक है, जो कि ज्वर वेग के आधीन होता है और ज्वर की तेजी कम हो जाने पर स्वमेव दूर हो जाया करता है। अतएव दूध ज्वर की तेजी को कम करने के लिये उत्तम वस्तु है।

(लेखक)

❁ बालझड़ ❁

इस रोग में बाल गिरने शुरु हो जाते हैं, और बालों के स्थान पर फुन्सियाँ सी निकलने लगती हैं। इस रोग के लिए भी दूध लाभदायक सिद्ध हो चुका है। श्रीयुक्त डाक्टर मलिक सरदार अली महोदय लिखते हैं कि मैंने एक रोगी को देखा जिसकी दाढ़ी में कंडु थी। देखने से प्रतीत हुआ कि दाढ़ी की बांई ओर

अठन्नी के बराबर फुन्सियां हो रही हैं। मैंने उसको बालझड़ रोग निश्चय करके उसके बाल कटवाकर दिन में तीन बार दूध की टकोर करने की आज्ञा दी। प्रतिवार डेढ घंटा टकोर की जाती थी। यह चिकित्सा १५ दिन तक जारी रखी गई जिस से रोग समूल नष्ट होगया।

❀ गंज ❀

गंज के लिए भी दूध एक अद्वितिय वस्तु है, परन्तु चिकित्सा के लिए तनिक अवकाश की आवश्यकता है। जो लोग यह चाहते हैं, कि हथेली पर सरसों उग आये, ऐसे लोग इस इलाज को शुरू ही न करें।

गंज की चिकित्सा

एक गंजे रोगी के शिर को पहले सात दिवस पर्यन्त नीम के क्वाथ से धुलवाकर जस्त की मरहम लगवाई गई,परन्तु इससे तनिक भी लाभ न हुआ। फिर ईश्वर पर भरोसा करके कच्चे दूध की टकोर कराई गई जिस से एक सप्ताह में कुछ अन्तर प्रतीत होने लगा। फिर तो एक मास तक इसी चिकित्सा को निरन्तर जारी रखा गया। इस चिकित्सा से सिर पर पपड़ी जम गई थी जो एक सप्ताह के बाद स्वमेव ही उतर गई तत्पश्चात १५ दिवस तक यह ही सिलसिला जारी रहा। परि-

णाम स्वरूप इस डेढ़ मास की चिकित्सा से रोगी को पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हो गया।

नेत्र रोग।

नेत्र रोगों में भी दूध को औषधि रूप से व्यवहार में लाया जाता है वह निम्नलिखित है।

आश्चर्यजनक लोशन।

कच्चे दूध को बिलो कर मक्खन निकाल लें और पिचकारी से आंखों में डालें, इससे आंखों की लाली और दुखती हुई आंखें अच्छी होजाती हैं। परन्तु बिना मक्खन निकाले हुए इस्तेमाल करना लाभदायक नहीं है।

दुखती आंखों की दवा

जब नेत्र पीड़ा किसी प्रकार भी शान्त न होती हो तो उचित है कि लड़की वाली स्त्री का दूध लेकर उसकी दो २ बून्द आंखों में टपका दें। तत्काल ही पीड़ा, टीस, जलन आदि से आराम होकर चैन पड़ जायेगा।

नेत्रों के लिए शीतल औषधि

धुनी हुई रुईके कुछ फाये बकरी के दूध से भिगोकर पानी के

कोरे घड़े पर रखदें, और ५-६ घन्टे के बाद वे फाये उठा कर आंख पर बांधदें और दो घन्टा के बाद खोलदें, और फिर ४ घन्टे खुली रहने दें। तत् पश्चात् फिर बांधदें, रात्री के समय सारी रात बांधे रखने की हिदायत करदें, इससे शीघ्र ही नेत्र पीड़ा शान्त हो जाती है।

जाला व फूली।

स्त्री का दूध फूली और जाले के लिये अत्यन्त ही लाभ दायक है। इसकी साधारणसी विधि तो यह है कि ताजा दूध लेकर २-२ बून्द आंखों में डाला करें। यदि इसको वैद्यक मत्या-नुसार औषधि रूप बनाना इच्छित हो तो उचित है, कि रीठे के छिलके या सांभरशृङ्ग को कूटकर सूक्ष्म पीसलें, और उसमें स्त्री का दूध सम्मिलित करके रगड़ें और लम्बी २ गोलियां बनाकर सुरक्षित रखें और आवश्यकता के समय पानी में घिसकर सलाई से आंखों में लगावें कुछ ही दिनों के इस्तेमाल से पुराने से पुराना फूला व जाला शर्तिया मिट जावेगा।

आश्चर्यजनक सुरमा।

जिसमें अन्धेरे में दिन की भांति दिखाई देने लगता है।

इस प्रयोग का अनुभव तो नहीं किया गया किन्तु कई पुस्तकों में लिखा हुआ दृष्टिगोचर हुआ है। सम्भव है कि सत्य

हो। पाठकगण! अनुभव करके देखलें।

बिल्ली का दूध १ तोला खरल में डालकर एक माशा उसी बिल्ली का पित्ता मिलाकर खरल करें यहां तक कि दोनों चीजें खुश्क हो जावें, बस सुरमा तैयार है।

यदि इस सुरमे को रात्रि के समय आंखों में लगाकर अन्धेरे में जायें तो समस्त वस्तुयें प्रकाश की भांति दृष्टिगोचर होने लगती हैं। जिस प्रकार बिल्ली अन्धेरे में भली भांति देख सकती है सम्भव है कि इस सुरमे में भी वही प्रभाव हो।

(लेखक)

कर्ण और नासिका रोग।

नकसीर फूटना।

जब नासिका की रगें रुधिर से भरकर फट जाती हैं तो रुधिर नासिका मार्ग से बह कर निकलता है। यदि रुधिर का वर्ण श्याम (काला) हो तो उसे रोकने की चेष्टा न करें यदि लाल रङ्ग का हो तो उसको रोकने के लिये कुछेक प्रयोग लिखे जाते हैं, जिनसे प्रवाहित रक्त बन्द हो जाता है।

अक्सीर मालिश।

गधी का दूध आवश्यकतानुसार लेकर रोगी के सिर पर

मर्दन किया करें जिससे न्यूनातिन्यून रोगी का सिर दो घण्टे तक गीला रहे। इसी प्रकार छः सात दिन की मालिश से फिर रुधिर न आएगा।

नोट—प्रति दिन दूध ताजा लेना उचित है।

द्वितीय प्रयोग।

श्रीमान् पं० कृष्णदयाल जी वैद्य अमृतसर से लिखते हैं कि यदि नक्सीर वाले रोगी को बकरी का धारोष्ण दूध पिलाया जाय तो इससे रुधिर का आना बन्द हो जाता है। इसी प्रकार दुग्ध घृत मिलाकर पिलाना भी श्रेष्ठ है। स्त्री के दूध की नस्य लेना भी नक्सीर के खून को बन्द करता है।

नाक के नथनों में वरम।

इस रोग को भी एक प्रकार का जुकाम ही समझना चाहिए। इसके लिये भी दूध लाभदायक है। जिसकी विधि यह है कि रोगी को दूध नस्य की भान्ति सुंघावें और दूध के ही गण्डूष करावें। इस प्रकार करने से शीघ्र ही लाभ हो जाता है।

कर्ण पीड़ा।

यदि उष्ण दुग्ध की वाष्प कान में पहुँचाई जाय तो इस से भी पीड़ा शान्त होजाती है किन्तु यह क्रिया निर्वात स्थान में करनी चाहिए।

द्वितिय प्रयोग ।

बकरी का दूध और उसके सम भाग सिरका मिलाकर समोष्ण करके कुछ बूंदें कान में टपकाने से तड़पते हुए रोगी को दो मिन्ट में चैन पड़ जाता है।

एक चमत्कारी प्रयोग ।

यदि कन्या वाली स्त्री दुग्ध में थोड़ी सी अफीम मिला कर समोष्ण करके कान में डालें तो तत्क्षण पीड़ा बन्द हो जाती है।

कान में फुन्सी ।

यदि कान में फुन्सी निकल आए तो बड़ी कष्ट दायक होती है। यहां हम अपने एक मित्र, जो एक अनुभवी डाक्टर हैं, का प्रयोग लिखते हैं।

कान में दूध डाल कर रूई से छिद्र बन्द करदें और दिन में तीनबार इस प्रकार करें किन्तु दूध प्रति बार ताजा लेना चाहिए। बहुत जल्दी लाभ होता है ।

कान से पीप आना ।

यदि कान से पीप आने लगे तो कठिनता से अच्छी होती

है। इसके लिये हम बहुत ही सरल चुटकुले लिखते हैं।

सर्वोत्तम चिकित्सा।

प्रथम कानको हाइड्रोजन परोक्साइड (Hydrogen Proxide) से अथवा निम्बकाथ से साफ करलें और फिर प्रतिदिन प्रातः सायं दोनों समय ताजा दूध कान में डाल कर रुई से बन्द कर दिया करें। गिनती के दिनों में लाभ हो जायेगा अत्यन्त प्रभावक प्रयोग है।

द्वितिय प्रयोग।

स्त्री का दूध भी कान में डालना अति लाभ प्रद है।

नोट:—इस पुस्तक में जहां केवल दूध लिखा है, वहां गाय भैंस, बकरी आदि का जो प्राप्त होसके व्यवहार में लावें सूचनार्थ निवेदन है।

मुख और दन्त रोग।

मुख और दान्त सम्बन्धी व्याधियां तो अनन्त है परन्तु यहां केवल उन्हीं का वर्णन किया जायेगा जिनमें दूध एक सर्वोत्तम औषधि है।

मुंह के छाले।

प्रायः लोगों के मुख में छाले पड़ जाते हैं। जिनमें अनेक

हो। पाठकगण! अनुभव करके देखलें।

बिल्ली का दूध १ तोला खरल में डालकर एक माशा जंगली बिल्ली का पित्ता मिलाकर खरल करें यहां तक कि दोनों चीजें खुश्क हो जावें, बस सुरमा तैयार है।

यदि इस सुरमे को रात्रि के समय आंखों में लगाकर अन्धेरे में जायें तो समस्त वस्तुयें प्रकाश की भांति दृष्टिगोचर होने लगती हैं। जिस प्रकार बिल्ली अन्धेरे में भली भांति देख सकती है सम्भव है कि इस सुरमे में भी वही प्रभाव हो।

(लेखक)

कर्ण और नासिका रोग।

नकसीर फूटना।

जब नासिका की रगें रुधिर से भरकर फट जाती हैं तो रुधिर नासिका मार्ग से बह कर निकलता है। यदि रुधिर का वर्ण श्याम (काला) हो तो उसे रोकने की चेष्टा न करें यदि लाल रङ्ग का हो तो उसको रोकने के लिये कुछेक प्रयोग लिखे जाते हैं, जिनसे प्रवाहित रक्त बन्द हो जाता है।

अक्सीर मालिश।

गधी का दूध आवश्यकतानुसार लेकर रोगी के सिर पर

मर्दन किया करें जिससे न्यूनातिन्यून रोगी का सिर दो घण्टे तक गीला रहे। इसी प्रकार छः सात दिन की मालिश से फिर रुधिर न आएगा।

नोट—प्रति दिन दूध ताजा लेना उचित है।

द्वितीय प्रयोग।

श्रीमान् पं० कृष्णदयाल जी वैद्य अमृतसर से लिखते हैं कि यदि नक्सीर वाले रोगी को बकरी का धारोष्ण दूध पिलाया जाय तो इससे रुधिर का आना बन्द हो जाता है। इसी प्रकार दुग्ध घृत मिलाकर पिलाना भी श्रेष्ट है। स्त्री के दूध की नस्य लेना भी नक्सीर के खून को बन्द करता है।

नाक के नथनों में वरम।

इस रोग को भी एक प्रकार का जुकाम ही समझना चाहिए। इसके लिये भी दूध लाभदायक है। जिसकी विधि यह है कि रोगी को दूध नस्य की भान्ति सुंघावें और दूध के ही गण्डूष करावें। इस प्रकार करने से शीघ्र ही लाभ हो जाता है।

कर्ण पीड़ा।

यदि उष्ण दुग्ध की वाष्प कान में पहुँचाई जाय तो इस से भी पीड़ा शान्त होजाती है किन्तु यह क्रिया निवांत स्थान में करनी चाहिए।

द्वितिय प्रयोग ।

बकरी का दूध और उसके सम भाग सिरका मिलाकर समोष्ण करके कुछ बूंदें कान में टपकाने से तड़पते हुए रोगी को दो मिन्ट में चैन पड़ जाता है।

एक चमत्कारी प्रयोग ।

यदि कन्या वाली स्त्री दुग्ध में थोड़ी सी अफीम मिला कर समोष्ण करके कान में डालें तो तत्क्षण पीड़ा बन्द हो जाती है।

कान में फुन्सी ।

यदि कान में फुन्सी निकल आए तो बड़ी कष्टदायक होती है। यहां हम अपने एक मित्र, जो एक अनुभवी डाक्टर हैं, का प्रयोग लिखते हैं।

कान में दूध डाल कर रुई से छिद्र बन्द करदें और दिन में तीनवार इस प्रकार करें किन्तु दूध प्रति बार ताजा लेना चाहिए। बहुत जल्दी लाभ होता है ।

कान से पीप आना ।

यदि कान से पीप आने लगे तो कठिनता से अच्छी होती

है। इसके लिये हम बहुत ही सरल चुटकले लिखते हैं।

सर्वोत्तम चिकित्सा।

प्रथम कानको हाइड्रोजन परोक्साइड (Hydrogen Proxide) से अथवा निम्बक्वाथ से साफ करलें और फिर प्रतिदिन प्रातः सायं दोनो समय ताजा दूध कान में डाल कर रुई से बन्द कर दिया करें। गिनती के दिनों में लाभ हो जायेगा अत्यन्त प्रभावक प्रयोग है।

द्वितिय प्रयोग।

स्त्री का दूध भी कान में डालना अति लाभ प्रद है।

नोटः—इस पुस्तक में जहां केवल दूध लिखा है, वहां गाय भैंस, बकरी आदि का जो प्राप्त होसके व्यवहार में लावें सूचनार्थ निवेदन है।

मुख और दन्त रोग।

मुख और दान्त सम्बन्धी व्याधियां तो अनन्त है परन्तु यहां केवल उन्ही का वर्णन किया जायेगा जिनमें दूध एक सर्वोत्तम औषधि है।

मुंह के छाले।

प्रायः लोगों के मुख में छाले पड़ जाते हैं। जिनके अनेक

कारण हैं। यहां छालों के लिए एक सरल प्रयोग लिखा जाता है। जिससे शीघ्र ही लाभ होजाता है।

दिनमें तीन चार बार कच्चे दूध के गण्डूष करावें इससे सरलता पूर्वक आराम हो जाता है।

मांस खोरा।

इस रोग से परमात्मा ही रक्षा करे। बड़ी भयंकर व्याधि है। निम्नलिखित प्रयोग से ऐसे रोगियों को भी लाभ हो जाता है जब कि मसूड़ों का मांस गल गया हो। दांत हिल लग गये हों ऐसे समय पर उचित है कि:—

रोगी को हिरनी के दूध के गण्डूष कराये जावें इससे शीघ्र ही आराम होजाता है।

नोटः—खोज करने वालों को हरिणी का दूध प्राप्त कर लेना कुछ भी कठिन नहीं है तथापि नमिल सके तो बकरी का दूध भी लाभदायक है किन्तु चिरकाल तक प्रयोग करने से लाभ होता है।

कंठ और गलेकी व्याधियां।

कंठ और गले की बीमारियों में से हम यहां दो स्वास्थ्य नाशक बीमारियों का वर्णन करेंगे। इसके अतिरिक्त किसी और

गले की बीमारी के लिये हमें दूध का लाभदायक सिद्ध होना प्रतीत नहीं हुआ।

खुनाक़।

यह एक अत्यन्त ही दुष्ट व्याधि है जिससे चंगा भला जीता जागता मनुष्य प्राणी दम घुटकर परलोक को सिधार जाता है। इससे रोगी का कण्ठ इतना अधिक सूज जाता है कि पानी भी कण्ठ से नीचे नहीं उतरता बल्कि सांस भी कष्ट से आता है।

खुनाक के लिये सरल उपाय।

दूध के गण्डूष करना और दूध की टकोर करना अति उत्तम है। यदि गधी के दूध से गण्डूष कराये जावें तो शीघ्र लाभ होता है।

कंठ माला।

यह वह व्याधि है, जिसमें रोगी घुल घुलकर जान देता ही कण्ठमाला के रोगी को क्षयरोग भी हो जाया करता वैद्यक मतानुसार कण्ठमाला और क्षय के किटाणु एक ही होते हैं। जब उनका आकर्मण गले से उतर कर फेफड़ों पर जा होता है तो रोगी क्षय रोग में ग्रसित हो जाता है,

अतएव यह रोग सरलता पूर्वक जाने वाला नहीं है। यहां हम एक प्रयोग लिखते हैं।

कण्ठमाला की दुग्ध चिकित्सा।

यह प्रयोग "अलवी" साहिब का अनुभूत सिद्ध है, किन्तु यह उसी समय लाभ करता है जब कण्ठमाला की गिल्टियां फूट चुकी हों। बिना फूटी हुई गिल्टियों पर तनिक भी लाभ नहीं होता।

दिन में तीनवार दूध की टकोर करें और प्रतिवार दो घन्टा से कम न हो। इससे निरन्तर १५ बीस दिन की टकोर से आराम हो जाता है। देखिये कितना सरल उपाय है।

गले के घाव।

यदि गले में छाले या घाव हो गये हों और किसी प्रकार भी ठीक न होते हों तो, उनके लिए उचित है कि रोगी को बकरी के दूध से गण्डूष करावें, इससे बहुत जल्दी लाभ हो जाता है।

नोट—शेख बू अलीसीना ने अपनी पुस्तक कानून शेख में लिखा है। कि जिह्वा के पकने और फट जाने पर बकरी के दूध के गण्डूष कराना अति हितकर है।

छाती और फेफड़े के रोग

रुधिर निकलना

यदि रोगी के खांसने से रुधिर आता हो परन्तु फेफड़े का न हो तो उसके लिये भेड़ का दूध अति लाभ प्रद है। प्रति दिन इच्छानुसार पिलाना चाहिए।

❁ कास ❁

गरमी से होने वाली खांसी के लिये बकरी का ताज़ा धारोष्ण दुग्ध मिश्री मिलाकर पिलावें।

पुनः

खांसा के लिये ऊंटनी का दूध भी लाभदायक है परन्तु ताजा होना चाहिए।

काली खांसी।

यह अत्यन्त कष्ट देने वाला रोग ,है जो प्रायः ही बालकों को हुआ करता है अतएव इसका आश्चर्यजनक प्रयोग बाल चकित्सा में लिखा जावेगा, वहां देखलें।

दमेका अत्ताई इलाज

कई भाग्यशाली निम्नलिखित प्रयोग से बिलकुल स्वस्थ्य हो गए। हमारे सामने अनेक लोगों ने इसकी साक्षी दी है किन्तु इससे ग्रामीण लोग ही लाभ उठा सकते हैं। अमीर और नाज़ुक लोगों को यह दवा हज़म नहीं होती।

भैंस जब प्रथमवार बच्चा प्रसव करे उसका प्रथम दूध (खीस) सारा का सारा रोगी को पिलादें बस! यही प्रयोग है, जिसे कई व्यक्तियों ने हकीमाना सांचे में ढाल लिया है, सारांश वह पहिलीवार के दूध को लेकर सुखा कर रखलें और सूक्ष्म पीसकर चूर्ण बनालें। मात्रा एक हथेली भर उष्ण जल से दिया करें। कहते हैं यह भी लाभदायक सिद्ध होता है।

दमे का दौरा रोकने का उपाय।

दमे का दौरा पड़ने के समय रोगी की जो दशा होती है उसको चित्रित करना असम्भव है। रोगी कभी उठता है कभी बैठता है, कभी खड़ा होता है, कभी आगे की ओर झुकता है कि सांस आसानी से आए परन्तु सफलता नहीं मिलती ऐसे कष्ट से मुक्त करने के लिए हम यहां यह प्रयोग लिखते हैं।

निर्बीज १० मुनक्का कुचलकर १० तोला गोदुग्ध और

१० तोला पानी मिलाकर इतना उबालें कि पानी जलकर दुग्ध मात्र शेष रह जाये, अब उसको छानकर ६ माशा बादाम रोगन और १ तोला मिश्री तथा ५ काली मिर्च डालकर पिलावें तत्काल दौरा रुक जावेगा।

नोटः—केवल उष्ण दूध पिलाना भी हितकर है।

पल्युरसी और नमोनियां

इसमें सन्देह नहीं कि नमोनियां भयंकर रोग है इस से आप साल लाखों प्राणी मृत्यु को प्राप्त होजाते हैं किन्तु दूध की टकोर (सेंक) भी इसको दूर करने में हुकमी असर रखती है। इससे पल्युरसी Pleurisy और नमोनियां (Pneumonia) दोनों अच्छे होते हैं जो निम्न प्रमाणों से सिद्ध है।

प्रथम प्रमाण।

डा० गरगोनिया अम्बेरिया इटली, मेडीकल डाइजस्ट बम्बई के पत्र में लिखते हैं Pleurisy और Pneumonia में कच्चे दूध की टकोर बहुत हद तक ज्वर वेग को कम करती है, और पीड़ा भी शान्त करती है। रोगी को शीघ्र लाभदायक है। पसलियों के मध्यवर्ती मांस में पीड़ा और खिचावट होतो वह भी इससे दूर हो जाती है।

द्वितिय प्रमाण ।

श्रीयुत डाक्टर सरदार अलीखांसाहिब W.O.I.M.D. S.A.S. लिखते हैं कि, नमोनियाँ के रोगी को खांसी के लिये एक औषधि दी गई और बाह्य उपचार में पीड़ा रोकने के लिये दूध की टकोर कराई गई जिससे तीन दिन में ही रोगी को पूर्ण स्वास्थ्य लाभ होगया।

एक नमोनियाँ का और रोगी देखा गया, जिस को १०८ डिगरी ज्वर था और लेसदार अंगारी रंग का कफ थूकता था खांसी भी बड़े जोर की थी उसको दूध से टकोर कराई गई, दिन में एक वार रात्री में तीन चार डेढ घन्टा प्रतिवार तक कराई जिससे रोगी को कष्ट से तो प्रथम दिवस ही मुक्ति प्राप्त होगई थी और सम्पूर्ण लाभ चार दिवस में हुआ।

कठिन साध्य नमोनियां

इसी प्रकार एक और रोगी देखने में आया जिसके एंटीफ्लोजस्टीन का लेप करने और नमोनिया मिक्श्चर पिलाने से तनिक भी लाभ नहीं हुआ था उसे भी दूध की टकोर से लाभ हुआ। दिन में चार वार प्रतिवार एक २ घंटा करने से १२ दिन में रोगी पूर्ण स्वस्थ होगया।

आमाशय और दन्त रोग।

यदि आमाशय में वरम हो गया हो, वमन होती हों तो, ऐसी दशा में आमाशय पर दूध की टकोर करना अत्यन्त हितकर है। २४ घण्टा तक दुग्ध के अतिरिक्त खाने को और कुछ न दे, तद्पश्चात् दूध, चावल, खिचड़ी आदि और पुनः धीरे २ रोटी आदि खाने देना चाहिए। आमाशय का वरम कठिनता से जाने वाला रोग है, किन्तु दुग्ध की टकोर (तकमीद) से आराम हो जाता है।

वमन।

वमन बन्द करने के लिए भी दूध की टकोर सर्वोत्तम उपाय है पिलानेके लिए शीतलदूध घून्ट घून्ट पिलाना उत्तम है।

हिक्का।

हिचकी यदि देर तक न थमे तो बेचैन बना देती है किन्तु इसके लिए स्त्री के दूध की नस्य देना अत्यन्त सरल और सर्वोत्तम उपाय है।

भूख न लगना।

और सब प्रकार के दुग्ध क्षुधा को रोक देते हैं, परन्तु ऊंटनी का दूध क्षुधावर्धक है।

कोढ़ों की पीड़ा ।

इस रोग से परमात्मा ही रक्षा करे यह बड़ा ही दुखदाई रोग है। जिससे रोगी लोटपोट हो जाता है। इस रोग के लिये निम्नलिखित प्रयोग अद्वितीय है. जिसको सर्व प्रथम हकीम इलाहीबख्श महोदय सन्यासी ने अपनी पुस्तक में प्रकाशित किया था तदुपरान्त अनेक पुस्तकों में लिखा गया। हमारा अपना भी अनुभूत है।

ऊंटनी का १॥ सेर दूध लेकर कोरी हांडी में डालें, किन्तु हांडी इतनी बड़ी हो जिसमें ५ सेर दूध समा सके और दूध डालने से पूर्व हांडी को पानी से भरकर रखें तदुपश्चात् उसमें दूध डालकर शीशा नमक (जो पञ्जाब से आता है) ८ तोला अति सूक्ष्म पीसकर मिलादें, और मन्द-मन्द अग्नि पर पकाना आरम्भ करें और धीरे २ लकड़ा आदि से हिलाते रहें। यदि एक मिनिट के लिये भी छोड़ दिया तो तमाम दूध उबलकर बाहिर गिरकर जायगा। इस प्रकार एक पहर पकाने से दूध गाढ़ा हो जायगा तब उसमें अत्योत्तम ३ माशा काश्मीरी केशर (जो पहिले से ही दूध में पीसकर रखी हो) मिलादें और फिर पकावें।

किन्तु अग्नि बिलकुल मन्द २ जलावें वरना दाग पड़ जाने का भय है। जब खोया तैयार हो जावे तब उतारलो शीतल होने पर

स्वयंमेव ही सूख जायेगा। संभाल कर रखें। बस दवा अक्सीर तैयार है।

सेवन विधि।

मात्रा १ माशा दो घून्ट शीतल जल से खिलावें तत्क्षण पीड़ा शान्त हो जावेगी। यदि रोग पुराना हो तो तीसरे पहर एक माशा और खिलावें। दूध, चावल, मट्ठा, छाछ और तोरई के साग से परहेज रखें।

भोजन—करेला अथवा चने की दाल का पानी और गेहूँ की रोटी खाने को दें।

अतिसार।

यदि मल पतला होकर अधिक मात्रा में निकले तो अतिसार और बारम्बार कब्ज के साथ निकलने को पेचिश (मरोड़) कहते हैं। यहां दोनों प्रकार के रोगों की दुग्ध चिकित्सा का वर्णन किया जाता है।

अतिसार चिकित्सा।

उष्ण करके ठण्डा किया हुआ आध सेर गोदुग्ध लेकर उसमें लोहे का बड़ा सा टुकड़ा खूब तपाकर जब वह लाल सुर्ख हो जावे, डालदो। जब ठण्डा हो जावे फिर गरम करके दूध में

डालदो। इस प्रकार ७—८ बार लोहे के टुकड़े को गरम कर करके दूध में बुझाते जाओ, फिर आवश्यकतानुसार मिश्री मिला कर पिलावें। इस दूध के पीने से दस्तों का आना बन्द हो जावेगा।

दूसरी विधि।

यदि लोहे के टुकड़े की बजाय मिट्टी की ठीकरी को भी उपरोक्त विधि से गरम करके दूध में बुझाते रहें और फिर मिश्री मिलाकर दूध पिलाई तो अतिसार के रोगी को लाभ हो जाता है।

तृतीय विधि।

गाय या बकरी के आध सेर दूध में पत्थरों तथा ठीक-रियों के कुछ टुकड़े डालकर उबालें और शीतल करके मिश्री मिला करके पिलादें तो इससे भी दस्त बन्द हो जाते हैं कितना सरल उपाय है।

अतिसार की पूर्ण चिकित्सा।

श्रीयुत डा० सरदार अली खान साहिब लायलपुर से लिखते हैं कि रोगी के पेट पर कच्चे दूध की टकोर कराने और दोनों समय दूध से वस्ती क्रिया करने से अति शीघ्र दस्तों का

थमना बन्द हो जाता है अनेकबार का अनुभूत है।

पेचिश।

पेचिश के दस्तों में भी उपरोक्त क्रिया लाभदायक सिद्ध हुई है, दोनों समय वस्ती क्रिया करें और दूध की टकोर करावें।

दूसरा चुटकला।

सुद्दे पड जाने से पेचिश हो तो उसके लिये भेड़ का दूध निरन्तर कई दिन तक पिलाते रहना अति लाभदायक है। इससे सुद्दे निकलकर पूर्ण आराम हो जाता है, जैसा कि बाल चिकित्सा प्रकरण में आयेगा।

संग्रहणी।

यही भयंकर और कठिनता से जाने वाली व्याधि है। इसकी चिकित्सा में बड़ी २ औषधियां फेल हो जाती हैं। ऐसी बहुत ही कम औषधियां हैं जिनसे यह रोग जड़ मूल से नष्ट किया जा सकता हो, तथापि यह कहना सर्वथा अनुचित है कि इस रोग का कोई इलाज ही नहीं।

इससे पूर्व भी हमने एक नुसखा अपनी मास्टर पीस पुस्तक "अनुभूत योग चिन्तामणि" में प्रकाशित कर दिया है, जो संग्रहणी को जड़ मूल से नष्ट करने में रामबाण है। विशेषता यह है कि

एक रोगी के लिये दो पैसे की दवा पर्याप्त होती है। जिन्हें देखने की इच्छा हो वह मूल पुस्तक को मंगा कर देखलें। अब यहां संग्रहणी की दूध से चिकित्सा करना लिखते हैं। दूध भी संग्रहणी के लिये अपूर्व वस्तु है। किन्तु कठिनता तो यह है कि संग्रहणी का रोगी दूध को हजम नहीं कर सकता। यदि अधिकाधिक मात्रा में दूध हजम होने लगे तो फिर रोग को जाते देर नहीं लगती। अतएव साथ में कोई दुग्ध पाचक औषधि खिलाते रहना चाहिए। जब रोग पुराना होजावे तो उचित है और सब प्रकार के भोजन बन्द कराकर केवल दुग्धाहार ही करना अति लाभप्रद है रही यह बात कि दूध किस प्रकार हजम कराया जाय! इसके लिये पुस्तक के आरम्भ में ही हमने कुछ ऐसे प्रयोग लिख दिये हैं जिनसे दूध अधिकाधिक मात्रा में हजम हो सकता है। विशेषकर वह गोलियां जिनमें अफीम और मीठा तेलिया सम्मिलित है—अति लाभप्रद हैं। जिनके सेवन से क्रमशः दूध बढाते २ सेरों तक पहुंचाया जा सकता है यहां तक कि कई रोगी तो १० सेर १५ सेर तक दूध नित्य पचा जाते हैं। जिनसे न केवल रोगी रोग मुक्त हो जायगा बल्कि हृष्ट पुष्ट और बलवान भी हो जाता है। इसी प्रकार दही भी संग्रहणी के लिये अपूर्व दवा है। हमने दही से अनेक रोगियों की चिकित्सा की है जिसमें गिन्ती के दिनों में ही रोगी पूर्ण स्वस्थ हो गए। दही की चिकित्सा विधि "दही गुण विधान" पुस्तक मंगा कर देखें। मूल्य ।~ मात्र ही है।

कोलंज ।

इस रोग में भी दूध अति लाभदायक है। इस का अनुमान इस बात से किया जाता है कि एक रोगी को प्रायः २७ घंटे से कोलंज का दर्द हो रहा था। ऐसी दशा में उसको साबुन के पानी से वस्ती दी गई परन्तु उससे लाभ नहीं हुआ फिर क्लोरोडीन ३० बून्द पिलाई गई किन्तु उससे भी तनिकसा फायदा हुआ। तद्पश्चात् दूध की टकोर कराई गई और उससे उसी दम पीड़ा शान्त होनी आरंभ होगई और पूरे एक घण्टे में पूर्ण लाभ होगया। देखिये जहां अंग्रेजी दवा क्लोरोडीन से १॥ घंटा में कुछ लाभ प्रतीत न हुआ वहां दूध से आराम हो गया।

अन्धी आंत की सूजन

यह पीड़ नाभि से प्रायः दो इञ्च नीचे दाईं ओर हुवा करती है, और दबाने से बहुत ज्यादा हुआ करती है। इसको बन्द करने के लिये भी दूध अद्भुत चमत्कारी गुण दिखाता है।

एन्टीफ्लोजस्टिन से, जहां तनिक भी लाभ न हुआ वहां दूध की टकोर से पहिले ही दिन लाभ प्रतीत होने लगता है और तीन चार दिन में ही पूर्ण लाभ हो जाता है। (अलवी)

कोष्ठबद्धता

कई मनुष्यों को तो रात्रि को सोते समय गरम दूध पी लेने से प्रातः काल खुल कर टट्टी लग जाती है किन्तु कइयों को तनिक अन्तर प्रतीत नहीं होता बल्कि अधिक कब्ज होजाया करती है। ऐसे लोगों को उचित है कि वह दूध में एक तोला बादाम रोगन मिलाकर पिया करें। या ऊंटनी अथवा भेड़ी का दूध पीवें।

हृदय के रोग।

यहां केवल उन्हीं रोगों का वर्णन किया जायेगा, जिनकी दूध से चिकित्सा हो सकती है।

हृदय की धड़कन।

इस रोग के रोगी को नाहीं तो पूरी निद्रा आती है और नाहीं किसी काम को पूर्णरीत्या कर सकता है। तनिक से कोलाहल से अथवा ज़रासी मुसीबत से घबरा जाता है, हृदय धड़कने लग जाता है तथा एकान्त प्रिय हो जाता है। सारांश रोगी भान्ति २ की कठिनाइयोंमें फंस जाता है, इसकी सर्वोत्तम दुग्ध चिकित्सा वही है जो उन्माद रोग के प्रकरण में लिखी जा चुकी है। जिस के ४० दिन तक जारी रखने से हृदय की गर्मी और भय आदि दूर हो कर रोगी स्वस्थ हो जाता है।

गर्मी के अनेक रोगों एक ही अद्वितीय चिकित्सा।

निम्नलिखित प्रयोग हमारा तथा हमारे मित्र कई हकीमों का अनुभूत सिद्ध है। यह हृदय की धड़कन, प्रमेह, तृषा, होलदिल और बेचैनी आदि के लिए लासानी है। और विशेषता यह है कि नाहीं तो दवा की तैयारी में झगड़ा करना पड़ता है और नहीं विशेष लागत की चीज है।

बकरी का या गाय का आध सेर दूध लेकर मिट्टी के कोरे कुज्जे में डालें और उसके गले में रस्सी बांध कर रात्रि के समय किसी खूंटे पर लटकावें जिससे कि चन्द्रमा की शीतल किरनों का प्रभाव सीधा कुज्जे पर पड़ता रहे। फिर प्रातःकाल के समय उस दूध में २ तोला मिश्री मिलाकर और दो चार बार उलट पुलट कर के रोगी को पिलावें, गिनती के दिनों में रोगी रोग मुक्त हो जावेगा। अनेक बार का अनुभूत है।

नोटः—प्रायः ही लोग ऐसे साधारण चुटकुलों पर विश्वास नहीं करते और उनसे होने वाले लाभों से वंचित रह जाते हैं। अतएव पाठक वृन्द इसे साधारण प्रयोग न समझें।

यकृत और प्लीहा सम्बन्धी रोग।

इसमें सन्देह नहीं, कि प्लीहा भी मनुष्य शरीर का एक

अत्यावश्यक अंग है, किन्तु इसमें रोग उत्पन्न हो जाने पर स्वास्थ्य का पुष्पकुमलाये बिना नहीं रहता। अतएव नीचे हम यकृत और प्लीहा सम्बन्धी रोगों का वर्णन करते हैं। और साथ ही इन रोगों की दुग्ध चिकित्सा भी लिख देते हैं।

यकृत पीड़ा।

यह पीड़ा बड़े जोर से हुआ करती है जी मिचलाता है और वमन होती है, कभी हिचकियां सताने लगती हैं। नीचे हम इसी पीड़ा की चिकित्सा लिखते हैं जिससे मिन्टों में ही तड़पते हुए रोगी को चैन पड़ जाता है।

यकृत स्थान पर दूध से टकोर शुरु करायें कई बार की टकोर से शर्तिया आराम हो जावेगा। टकोर करने की विधि गत पृष्ठों में लिखी जा चुकी हैं। अज़वी साहेब लिखते हैं कि एक रोगी को यकृत की कठिन पीड़ा हो रही थी। हमने दूध से टकोर (तकमीद) करानी शुरु की जिससे पहली बार में ही आराम हो गया, किन्तु एक बार और कराई गई।

यकृत शोथ।

यह रोग भी कठिनता से जाने वाला है, इसमें चेहरे का रंग मटियाला सा होजाता है और यकृत स्थान में पीड़ा हुआ करती है सांस खिचकर आता है और रोगी को बड़े ज़ोर क

चुक तो उबलते हुए दूध में चार तोला कलमी शोरा डाल कर दूध को तत्क्षण चूल्हे पर से उतार लें, दूध फट जावेगा। उसका पानी कपड़े में से छान लें। और इस पानी को तीन दिन पिलावें और रोगी को हिदायत करदें कि इसको पीने के पश्चात् बाईं करवट के बल लेट जाये, तथा उन दिनों में भोजन खिचड़ी मूंग या अरहर की दाल घृत मिलाकर खिलायें परन्तु दवा लेने के बाद दुपहर तक कुछ न खाना चाहिए यदि तीन दिन के पश्चात् पूर्ण रूप से आराम नहीं हो तो फिर ७ दीन तक सेवन कराना उचित है। घी खूब खिलाते रहें। एक सप्ताह में शर्तिया आराम हो जावेगा। (इसराउल तिब्बा)

प्लीहा चिकित्सा।

यदि कई दिन तक निरन्तर दिन में चार बार दूध की टकोर की जावे तो कुछ दिनों में प्लीहा को आराम हो जाता है। (अलवी)

प्लीहा में दूध का टीका।

परिष्कृत दूध का टीका भी इस रोग में अत्यन्त लाभ दायक सिद्ध हुवा है। दो सप्ताह में तीन-चार अथवा ५ टीकों में प्लीहा अपनी असली हालत पर आ जाती है। विशेष कर मलेरिया के कारण से बढ़ी हुई प्लीहा के लिए यह चिकित्सा अत्यन्त लाभ दायक सिद्ध हुई है। हां! काले आजार से होने वाले रोग में इससे

अधिक सफलता प्राप्त नहीं हुई।

टीका लगाने का स्थान।

टीका शिराओं के स्थान पर अवयवों के मध्य में लगाया जाता है और दूसरे तीसरे या चौथे दिवस के अन्दर में क्रमशः दो, चार, छः, आठ और दस सी० सी० एम० की मात्रा में परिष्कृत दुग्ध जिसके स्निग्ध द्रव्य बिलकुल दूर कर दिये गये हों शरीर में प्रविष्ट किया जाता है (Indian Medical Gazette)

दर्द गुर्दा का उपाय।

दूध में कपड़ा तर करके ज़रासा निचोड़ दें ताकि फ़ालतू दूध निकल जावे और फिर गुर्दे पर रख कर ऊपर गर्म फलालैन का कपड़ा रख कर पट्टी बांध दें और इसी प्रकार दिन में दो बार करें। और रोगी को मूत्र अधिक लाने वाली औषधि भी खिला दें पीड़ा शान्त हो जावेगी।

नोटः—जहां दूध की टकोर दर्द गुर्दा को शान्त करती है वहां यह भी याद रखना उचित है कि निरन्तर गौ दुग्ध पान करते रहने से दर्द गुर्दा और पथरी आदि रोग उत्पन्न हो जाते हैं। अतएव दर्द गुर्दा के रोगी को गौ दुग्ध न पिलावें।

इस रोग में रोगी को अत्याधिक प्यास लगती है। जिस से बारम्बार जल पान करता रहता है और उसका [illegible]

कर दिन में दो बार पिचकारी करें यहां तक कि मसाना दहल जाये। इससे सोजाक की बढी हुई पीड़ा को प्रथम दिवसही आराम आने लगता है। और कुछ ही दिनों में पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हो जाता है। यदि पिलाने के लिए घोड़ी के दूध वाला प्रयोग इसके साथ व्याहार में लाया जावे तो यह पूर्ण चिकित्सा है।

मूत्र दाह।

यह रोग भी सोजाक का नमूना है, इसके लिए यदि दूध को पूर्वोक्त कथनानुसार (दूध को कूजे में डाल कर चन्द्रमा के प्रकाश में लटकाना लिखा गया है) पिलाया जावे तो कुछ ही दिनों में पूर्ण लाभ होजावेगा।

सरल उपाय।

बकरी के ताजा दूध में बहुतसा ठंडा पानी मिलाकर और उसमें मिश्री या खांड मिलाकर पिलाने से मूत्रकृच्छ, मूत्रदाह दूर होजाता है। गर्म चीजों से परहेज करावें।

गुदा के रोग।

गुदा रोगों में से अर्श एक प्रसिद्ध रोग है,जिसकी कठिन पीड़ा के कष्टों से मनुष्य मात्र परिचित हैं। भारतवर्ष में तो विरला ही कोई ऐसा कुटुम्ब होगा जो इस भयंकर रोग के आक्रमण से

सुरक्षित रहा हो। यही कारण है कि प्रत्येक व्यक्ती यही चाहता है कि अर्श का चिकित्सक बनजाऊं तो मेरा रोज़गार सम्पूर्ण चल सकता है, इसके विषय में नीचे कुछ छांटे हुए नुसख्ने लिखे जाते हैं।

अर्शनाशक दुग्ध चूर्ण।

एक आश्चर्य जनक विधि जिससे दुग्ध मैदे के समान चूर्ण बनाया जा सकता है।

दयालु ईश्वर ने जड़ी बूटियों में ऐसे २ दिव्य गुणभर दिए हैं जिनसे भयंकर से भयंकर रोगों को सरलता पूर्वक मिटाया जा सकता है। अतएव हम यहाँ एक ऐसी ही बूटी का वर्णन करते हैं जिससे न केवल दूध को ही मैदे की तरह बनाया जा सकता है। बल्कि वह अर्श रोग की भी अत्युत्तम औषधि बन जाती है।

भैंस का दुग्ध लेकर चूल्हे पर रखें और उस में थोहरी बूटी की कुछ शाखायें लेकर दूधमें फिराते रहें यहां तक कि दुग्ध चूर्ण के रूप में हो जावे। फिर सम भाग खांड मिलाकर बोतल में भर कर रखलें। अर्श पीड़ित को प्रतिदिन एक तोले भर मात्रा में जल के साथ खिलाया करें अर्श के लिए लाभ दायक है।

पीड़ा शान्त करने और मस्से गिराने का उपाय।

यदि थिर्री का दूध मस्सों पर लगाया जावे तो तत्काल

पीड़ा शान्त हो जाती है। और कई वार लगाने से रक्त श्राव बन्द हो जाता है और चिरकाल लगाते रहने से मस्से मुरझा जाते हैं।

त्वचा तथा सन्धि की व्याधियां।

नीचे उन बीमारियों का वर्णन किया जाता है जिनका सम्बन्ध त्वचा और सन्धियों से है।

कण्डू (खुजली)

निम्न लिखित चिकित्सा से हर प्रकार की खुजली मिट जाती है, विशेष कर खुश्क खुजली के लिए तो अक्सीर ही है।

गौ दुग्ध से दिन में तीन चार वार कण्डू स्थान को धोने शीघ्र ही आराम होजाता है। अत्यन्त सरल और लाभदायक विधि है।

यदि सारे शरीर पर कण्डू हो तो दुग्ध में पानी मिलाकर उस में कपड़ा तर करके शरीर पर मालिश करायें। इसी प्रकार प्रतिदिन एक घण्टा मालिश किया करें तीन चार दिवस की मालिश से ही शर्तिया लाभ हो जावेगा।

दद्रु।

दाद की यह अव्यर्थ चिकित्सा है, प्रतिदिन दो वार पूर्व कथनानुसार दूध की टकोर किया करें इससे कण्डू तो प्रथमदिवस

ही मिट जायेगी किन्तु पूर्णतया लाभ तो निरन्तर कई दिवस पर्यन्त प्रयोग जारी रखने से ही होगा।

चम्बल।

चम्बल के लिये केवल बाह्य चिकित्सा पर ही निर्भर नहीं रहना चाहिये बल्कि उचित है कि पहले जुलाब देकर फिर कोई रक्त शोधक औषधि का सेवन करावें, पुनः दूध की टकोर आरम्भ करें, निरन्तर दो तीन सप्ताह के सेवन से लाभ होगा।

तर खाज।

इस रोग में पहले फुन्सियां होती हैं और फिर उनमें अत्याधिक खाज आया करती है। खुजाने से जो पीत वर्ण का पानी सा निकलता है। वह इतना तीक्ष्ण होता है कि यदि किसी दूसरे स्थान पर लग जावे वहीं पर फुन्सियां उत्पन्न हो जाती हैं। प्रायः ही बाज़ू और सिर पर ये फुन्सियां अधिकतर देखी गई हैं, इस लिए निम्न लिखित दुग्ध चिकित्सा करें।

दिन में दो बार कच्चे दूध से टकोर करायें, इससे प्रथम दिवस ही खाज का उठना बन्द हो जाता है और कुछेक दिनों में पूर्ण लाभ हो जाता है।

व्रण।

व्रण को पकाना, फोड़ना और घाव को भरना इत्यादि में

सब कुछ तो दूध से नहीं हो सकता तथापि पीड़ा को दूर करने और घाव को भरने के लिये दूध की टकोर उत्तम उपाय है। यदि फोड़ा कष्ट दे रहा हो तो उसे नशतर से चीर कर इस पर दुग्ध टकोर की क्रिया करने से शीघ्र ही लाभ हो जाता है।

लाहौरी फोड़ा।

कथन मात्र के लिए तो यह फोड़ा ही है, किन्तु है ऐसी बुरी बला कि रोगी का पीछा छोड़ता ही नहीं। बड़ी २ मरहमें इसकी जड़ को उखाड़ने में फेल होजाती हैं। परन्तु इसके लिए भी दूध की टकोर अत्युत्तम उपाय है।

फोड़े को लैनसिट से छीलकर उसका घाव खोलदें और उस पर दूध की टकोर दिन में दो बार कराया करें। इस चिकित्सा से दो तीन सप्ताह में ही पुर्ण आराम हो जाता है।

छपाकी।

यह रोग कुछ ही घंटो के लिए हुआ करता है, किन्तु कई बार देखा गया है कि कइयों का महीनों पीछा नहीं छोड़ता अतएव इसके लिए भी प्रथम जुलाब देकर पुनः दूध में पानी मिलाकर और उसमें कपड़ा भिगोकर शरीर पर मालीश करनी चाहिए।

पुराना घाव (नासूर)

जब घाव पुराना होजावे तो उसका भरना बहुत कठिन होता है। इसके लिए उचित है कि बारिक कपड़े की बत्ती बना कर और दूध से तर करके जख्म के अन्दर रखा करें। इस चिकित्सा में समय तो लगेगा किन्तु लाभ अवश्य होजावेगा।

नोटः—यदि घाव का मुंह तंग हो तो उसको ओपरेशन करके चौड़ा कर लेना चाहिए।

छाले।

कई बार शरीर के किसी भाग पर अनेक छाले उत्पन्न हो जाया करते हैं जो कि बहुत जलते रहते हैं। इसके लिए भी कच्चे दूध की टकोर कराना अत्यन्त लाभ दायक सिद्ध हुआ है। कई बार की टकोर से छालों का पानी जज्ब हो कर पूर्ण स्वास्थ्य लाभ हो जाता है। आराम होने पर भी कुछ दिन तक टकोर करते रहना चाहिए।

आन्तरिक घाव।

शेखुल रईस बूअलीसीना का कथन है कि आन्तरिक घावों के लिये दूध अत्युत्तम औषधि है। दूध के पीने से आन्त-

रिक घाव घुल जाते हैं। यदि कोई विशेष रुकावट न हो घाव भर भी जाते हैं।

चेहरे के दाग व कील।

रात्री के समय बकरी के दूध में सरसों भिगो कर रखदें और प्रातः काल घोट कर मुख पर मलें और कुछ देर बाद गर्म पानी और साबुन से धो डालें। कई बार के प्रयोग से लाभ हो आवेगा।

दूसरी विधि।

स्त्री और गधी के दूध का खोया बनाकर रात को चेहरे पर लेप करें और प्रातः काल समोष्ण पानी से धोवें इसके कई दिन के प्रयोग से कील, फांटे, दाग साफ होकर रंगत निखर आती है।

पश्चिमी स्त्रियों का तरीका।

सुना जाता है कि रूमी जाती के उन्नति काल में अनेक सौन्दर्योपासक अमीर जादियां सौन्दर्य वृद्धि के लिए जल की अपेक्षा दुग्ध स्नान किया करतीं थीं। उनका विचार था कि दुग्ध स्नान से मनुष्य न केवल अनेक रोगों से बचा रहता है बल्कि

सौन्दर्य वृद्धि के लिए भी अत्योत्तम साधन है।

आज कल योरुप की अनेक रमणियां दुग्ध स्नान करके रूम की कथाओं का क्रियात्मक अनुकरण कर रही हैं विशेष कर सिनेमा की एक्ट्रस।

इस काम के लिए प्रायः ही बकरी या गधी का दूध इस्तेमाल किया जाता है। ईश्वर की लीला है कि भारतवासियों को तो पीने के लिए भी दूध प्राप्त नहीं होता परन्तु कोई इससे मैल उतारने का काम ले रहे हैं।

सारांश परिणाम यह निकलता है कि दूध से दाग,धब्बे दूर होकर त्वचा कोमल और स्वच्छ हो जाती है। बस ! हमारा तो केवल इतना ही अभिप्राय है।

ज्वरों का वर्णन।

ज्वरों के भेद आदि वर्णन करने के लिए यहां स्थान नहीं है और न हीं पुस्तक का यह विषय है। अतएव हम इन सब बातों को छोड़कर केवल दो प्रकार के ज्वरों का वर्णन करते हैं।

विषम ज्वर की तेजी दूर करना।

दूध ज्वर को रोकने में,तो तनिक भी लाभदायक नहीं है किन्तु ज्वर की तेजी को दूर करने के लिए अद्वितीय औषधि का काम देता है।

जब ज्वर का जोर हो तो ऐसे समय पर सिर और छाती तथा टांगों पर कच्चे दूध की टकोर करायें इससे अति शीघ्र ज्वर का वेग दूर होजावेगा। परन्तु ज्वर को रोकने के लिए कोई और चिकित्सा करनी चाहिए।

राजयक्ष्मा।

यह वह रोग है जिसके पंजे में फंसकर अपनी जान नहीं बचा सकते। रोग क्या है, यमपुर का संदेश है। दुर्भाग्य से जो भी कोई इस रोग में ग्रसित हो जाता है तो बस जीवन से हाथ धो बैठता है। इसमें सन्देह नहीं कि आजतक राजयक्ष्मा की कोई ऐसी सफल चिकित्सा प्रतीत नहीं हुई जिससे ८० या ९० प्रतिशत सफल कहा जा सके। तथापि जो औषधियां सफल प्रमाणित हुई हैं उनमें से "दूध" भी एक है। जिससे कई एक लोगों को सौभाग्य से स्वास्थ्य लाभ हो चुका है। हम यहां उन्हीं उपायों का वर्णन करेंगे जो सफल सिद्ध हो चुके हैं।

राजयक्ष्मा और गधी का दूध।

राजयक्ष्मा और विद्रधि के लिए गधी का दूध अति लाभदायक सिद्ध हो चुका है। हमने स्वयं कई बार रोगियों पर अनुभव करके इसको लाभदायक पाया है। इससे रोगी के रोग में दिन प्रति दिन अन्तर पड़ता चला जाता है। विधाता की

ओर से जिसका जीवन अवशेष होता है। वह अवश्य तन्दुरुस्त हो जाता है।

विधि।

स्वस्थ, युवा और बलवान गधी का दूध प्रातः सायं १४-१६ तोला लेकर शर्बत बनफशा में मिला कर पिलाया करें। यह भी ध्यान रहे कि जिस गधी का दूध, रोगी को पिलाया जा रहा है, उसको अच्छी खुराक देनी चाहिये जैसा कि प्रथम ऊंटनी के विषय में लिखा गया है। तथा दूध के लिए ऐसी गधी खोजनी चाहिए जिसने नर बच्चा प्रसव किया हो।

यह खास हकीमाना नुस्खे हैं जिनको प्रत्येक मनुष्य नहीं जानता इसलिए चिकित्सक को इन सब बातों का ध्यान रखना उचित है। यदि किसी सूखी, सड़ी, बीमार गधी का दूध पिला कर कोई इस प्रयोग को असत्य सिद्धि करेगा तो उसका कथना-समान्य होगा।

स्त्री का दूध और राजयक्ष्मा।

कुछ काल की बात है कि अंग्रेजी समाचार पत्रों में योरुपियन फिलोसफरों के एक नवीन अन्वेषण का चर्चा हो रहा था जिनमें लिखा गया था कि स्त्री का दूध मानुषी शक्ति को स्थिर रखने और खोई हुई शक्ति को पुनः वापिस लाने के लिए बहुत

स्नानागार ।

स्नान के लिए ऐसे कमरे का प्रबन्ध करें जो कि स्वच्छ और प्रकाश युक्त हो कमरे में वायु तो आती हो परन्तु सीधी रोगी के शरीर को न पहुँचती हो । ऐसे कमरे को बन्द करके रोगी को स्नान कराने के रोगी को टब में बिठाना चाहिए और रोगी को स्नान कराने के पश्चात् उसके शरीर को किसी स्वच्छ और कोमल तौलियादि से साफ करके वस्त्र उढ़ा दिया करें और फिर रोगी को कहें कि इसी मकान के अन्दर इधर उधर टहल कर बिस्तर पर लेट जावें यदि भूख लगी हो तो क्षुधा अनुसार उचित भोजन खिलावें ।

दुग्ध स्नान के लाभ ।

महर्षि चरकने चरक संहिता में दुग्ध स्नान के लाभों का विस्तार पूर्वक वर्णन किया है इस प्रकार के दुग्ध स्नान से सैंकड़ों लाभ होते हैं शरीर के सारे रोम कूप खुल जाते हैं और विजातिय द्रव्य रोम कूपों के द्वारा खारिज हो जाते हैं। शरीर की बढ़ी हुई उष्मा धीरे २ कम होनी शुरू हो जाती है और शरीर में शक्ति का संचार होने लगता है। तथा विजातिय द्रव्य निकल जाने से शरीर हल्क का फुल्का और फुर्तीला हो जाता है, कास और ज्वर दिन प्रति दिन घटने लगता है। शरीर की थकान और सुस्ती दूर होने लगती है और नींद भी आराम और चैन से आती है। और रोगी की चिन्ता भी मिट

जाती है, चित प्रसन्न रहता है, और १०५ डिग्री का ज्वर इस प्रकार के स्नान से निरन्तर हो १५-२० मिनट में उतर कर १०० डिग्री या इससे भी कम रह जाता है। जो रोगी पाव भर दूध हजम न कर सकता हो इस विधी से उसके शरीर में सेरों दूध की शक्ति पहुँचने लगती है और दिन प्रति दिन रोगी को आराम होने लगता है। और अन्त में शर्तिया आराम हो जाता है।

निवेदन।

जो महाशय उपरोक्त चिकित्सा विधि से लाभान्वित हों कृपया वे परिणाम से अवश्य सूचित करें ताकि अगली आवृत्ति में उनके शुभ नाम के साथ तसदीक दर्ज करदी जावे।

पुरुषों के गुप्त रोग।

चूंकि दूध एक अत्यन्त ही पौष्टिक पदार्थ है। अतएव यहां ऐसे नुस्कले लिखे जाते हैं, जिससे दूध द्वारा पुरुषों केगुप्त रोगों की सरलता पूर्वक चिकित्सा की जा सकती है।

बाजीकरण अकसीरें।

कुछेक भस्में जो दूध से तैयार होती हैं, अत्यन्त बाजी करण और बलदायक होती हैं उनका वर्णन आगामी पृष्ठों में

किया जावेगा। अतएव यहां लिखने की आवश्यकता नहीं समझी। जिनको देखने की इच्छा हो वे भस्मों के प्रकरण में देख लें।

सन्यासी वाजीकरण क्रिया।

गाय या भैंस का ताजा दूध लेकर तत्क्षण अग्नि पर रक्खें जब कई उबाल आ चुके तो उसको मधु (शहद) से मीठा करके दो गिलासों में नीचे ऊपर धार बाँध कर उल्ट पुल्ट करें, यहां तक कि १०१ वार एक गिलास से दूसरे गिलास मेंउल्ट पुल्ट हो जावे। अब इसको खड़े २ पीजावें और इसी प्रकार निरन्तर ४० दिन तक यही क्रिया करें।

लाभ।

यद्यपि देखने में यह साधारण सी क्रिया दृष्टि गोचर होती है किन्तु अनुभव बतलाता है कि इससे गिनती के दिनों में मनुष्य लाल सुर्ख हो जाता है। तथा यह अत्यन्त वाजी करण है।

हकीमाना नुक्ता।

जब दूध को दो बर्तनों में उल्ट पुल्ट किया जाता है तो उसके अधिक लाभ होने का यह कारण होता है कि इस

लोट पोट के अन्दर वायु से आंक्सीजन का उत्तमोत्तम अंश दूध में सम्मिलित हो जाता है। जो स्वास्थ्य के लिये अमृत है।

द्वितीय क्रिया।

उपरोक्त विधि की भांति एक और भी क्रिया है जिससे सुस्ती, नामर्दी आदि नष्ट होकर शरीर में खून ही खून पैदा हो जाता है। चूंकि इसमें मधु ही प्रधान वस्तु है इस लिए इसका प्रयोग "मधु गुण विधान" नामक पुस्तक में देखें।

मैथुनोत्पन्न निर्बलता।

अव्वल नम्बर भेड़ी का दूध डेढ़ पाव और दूसरे नम्बर में भैंस अथवा गाय का दूध आध सेर और बादाम मेगज डेढ़ तोला मिला कर मैथुन करने के पश्चात् पीवें। इससे तत्काल ही सारी निर्बलता मिन्टों में दूर हो जाती है और इस प्रकार दुग्ध सेवन करने वाला कभी भी निर्बल नहीं होने पाता।

अत्यन्त वाजीकरण तथा स्तम्भक दूध।

यदि बकरी को सोमल खार एक चावल से शुरू करके क्रमशः बढ़ाते २ एक माशा तक आटे की गोली में लपेट कर खिलावें

लगे और उस बकरी का ताज़ा दूध नित्यप्रति पीते रहें तो इससे वाजीकरण शक्ति खूब बढ़ती है और प्राकृतिक स्तम्भन उत्पन्न होता है।

इसी प्रकार का दूसरा प्रयोग।

उपरोक्त विधि से यदि हड़ताल वर्किया खिलाना शुरू करादें और ताज़ा दूध पीते रहें तो इससे भी वाज़ीकरण शक्ति बढ़ती है और रक्त की शुद्धि होती है।

स्त्री रोग चिकित्सा।

प्रकृति ने जहाँ दूध में और भी अनन्त गुण उत्पन्न किये हैं। वहाँ स्त्री रोगों के लिये भी लाभदायक बनाया है। यहां कुछ ऐसे प्रयोग कथन किए जाते हैं जिनसे स्त्रियां अपने घर में ही दूध से स्वयं अपनी चिकित्सा कर सकें।

मासिक धर्म की अधिकता।

यह वह अनिष्टकारी रोग है जिसे बिचारी लज्जा शील स्त्रियां बताती तक नहीं। इसके लिए बकरी के दूध में लोहे या मिट्टी के कुछ टुकड़े आग में लाल सुर्ख करके बुझायें और इसी प्रकार दस बार बुझा कर दूध को शीतल करके पिलादें आराम हो जावेगा।

रज की अधिकता की अकसीरी दवा।

इस दवा के कुछ ही दिनों सेवन से रज रक्त शर्तियां रुक जाता है। चाहे प्रति दिन सेरों खून निकल जाता हो। चूंकि यह दवा सिलाखेड़ी भस्म है अतएव इसका पूरा वर्णन और बनाने की विधि इसी पुस्तक के अन्त में देखिये।

आर्तव की कमी।

यदि मासिक धर्म के समय रक्त थोड़ी मात्रा में आता हो तो उसको जारी करने के लिए ऊंटनी का दूध गर्मा गर्म गुड़ मिला कर रोगणी को पिलावें और गर्म कपड़ा उढ़ा कर लिटा दें इससे रक्त पूर्ण मात्रा में आने लगेगा।

श्वेत प्रदर की दुग्ध चिकित्सा।

यद्यपि यह इलाज जरा ऊंचा अवश्य है किन्तु है लाभ दायक। दूध को पानी में मिलाकर दिन में दो बार पिचकारी से गर्भाशय को धुलवाया जावे और यही क्रिया एक मास तक जारी रखें फिर बन्द करदें फिर एक मास धोने की क्रिया करावें। इसी प्रकार २ बार करने से अवश्य आराम होजाता है।

योनि कराडू।

यह भी एक लज्जा जनक रोग है जिसकी निम्न चिकित्सा

से गिन्ती के दिनों में शर्तिया आराम हो जाता है। मलमल के साथ कपड़े को ४ तह करके दूध में भिगो कर योनि के कण्डू स्थान पर रखें इसी प्रकार दिन में ३-४ बार करें एक सप्ताह में पूर्ण लाभ होजावेगा।

कुचाओं का शोथ।

जब स्तन दूध में भरा हुआ हो तो बालक के शिर से या और किसी तनिकसी चोट लग जाने से स्तन में गांठ सी पैदा होकर दर्द होने लगता है। यदि इसकी शीघ्र ही उचित चिकित्सा न होतो पीप पड़कर रोगणी को महीनों तक बीमार कर देती है। इसके लिए निम्नलिखित चुटकला अति लाभदायक है। किन्तु शोथ होने के दो तीन दिन के अन्दर २ हा लाभदायक है। प्रति दिन कच्चे दूध से दिन में चार बार प्रतिबार डेढ घन्टा टकोर करें। आशा है कि पहले दिन ही प्रयास लाभ प्रतीत होगा और तीन दिन में पूर्ण लाभ हो जावेगा।

छोटे स्तनों को बड़ा करने की विधि।

पहले स्तनों को तोलिये और गर्म पानी से रगड़ २ कर लाल सुर्ख बना लिया जाय फिर भेड़ के दूध की मालिश की जाया करे तो इस विधि से छोटे स्तन बड़े हो जाया करते हैं।

योनि संकीर्ण करने की विधि।

यह कोई आवश्यकीय तो नहीं है किन्तु कई लोगों को इसकी भी आवश्यकता हुआ करती है। अतएव जब कि रोगणी प्रदर रोग में ग्रसित हो तो उसके लिये यह नुस्खा न केवल अस्थाई रूप से लाभदायक है बल्कि निरन्तर कुछ दिन उपयोग में लाने से रोग का नाश भी हो जाता है।

जब घोड़ी प्रथम बार बच्चा प्रसव करे तो उसका पहली बार का निकला हुआ दुग्ध लेकर उसमें कपड़ा तर करके रखदें और दूसरे दिन निकाल कर छाया में सुखा लें। बस! दवा तैयार है। आवश्यकता के समय दो घंटे पहले स्नान करके उस कपड़े को योनि में रखलें, योनि संकीर्ण हो जावेगी।

नोट—यदि प्रति दिन इसी क्रिया को जारी रखा जाय अर्थात् उसके कपड़े को योनि में रखा जाया करे तो इससे प्रदर रोग भी दूर हो जाता है।

केवल तमाशबीनी या आनन्द के लिये इस प्रयोग को न करें।

बाल रोग।

बालकों के लिए दूध की कितनी अधिक आवश्यकता है

इसका अनुमान इस बात से पूर्णतया लगाया जा सकता है कि बालक का जन्म होते ही दूध की आवश्यकता होती है । और प्रकृति देवी नवजात शिशु को ऐसी शिक्षा देकर संसार में भेजती है कि वह उत्पन्न होते ही माता के स्तनों से चूसने लगता है। किन्तु हम यहां ऐसी चिकित्सा का वर्णन करेंगे जिससे सरलता पूर्वक बालकों के अन्यान्य रोगों को चिकित्सा की जा सके।

कर्ण शोथ ।

यह रोग प्रायः ही इस रोग में बालकों के कान के नीचे शोथ हुआ करता है जिससे ज्वर होजाता है और कठिन पीड़ा होती है। यदि किसी तीक्षण औषधि का लेप कर दिया जाये तो उसको बालक सहन नहीं कर सकता। अतएव कच्चे दूध की टकोर करने से बिना किसी कष्ट के आराम हो जाता है। कई बार की टकोर से शोथ उतर कर ज्वर भी दूर होजाता है। यदि खाने के लिए कोई अन्य ज्वरनाशक औषधि दे दी जावे तो उत्तम है।

काली खांसी ।

इस खांसी में जब बालक खांसता है तो उसका चेहरा नीला वा स्याही माइल होजाता है उसको काली खांसी कहते हैं खालिस गो दुग्ध १० तोला, घी माशा, पानी १०

तोला । तीनों को मिलाकर इतना पकायें कि पानी जल जावे और केवल दूध व घी बाकी रह जावे। अब इसमें २ तोला मिश्री मिला कर थोड़ा २ पिलावें इससे काली खांसी शर्तिया दूर हो जावेगी। यद्यपि देखने में तो यह साधारण सा प्रयोग है किन्तु है बड़ा लाभदायक ।

बालक की पेचिश (मरोड़)

कभी २ जब बालक की माता सख्त गिजा खाले तो उसके कारण से बालक की नन्हीं और कमजोर आंतड़ियों में सुद्दा पड़कर कठिन पेचिस शुरु होती है। ऐसे समय में यदि चिकित्सक पेचिश को बन्द करने की औषधियां देने लगे तो उससे लाभ के स्थान में हानि पहुंचने का भय रहता क्योंकि जब तक किसी रेचक औषधि से सुद्दे निकाल न दिये जाय तो पेचिश का रुकना भया वह होता है। अतएव सुद्दों को निकालने के लिये दो रोचक प्रयोगों का कथन किया जाता है।

प्रथम प्रयोग ।

कस्ट्रायल ३ से ६ माशा तक गर्म दूध में मिला कर और खांड से मीठा करके बालक को पिलादें इससे लगातार

पूर्वक दो दस्त आकर सुद्दे निकल जायेंगे और पेचिश स्वमेव मिट जावेगी।

द्वितीय प्रयोग।

भेड़ का दूध ताजा २लेकर गर्मगर्म हालत में बालक कोपूतोला या न्यूनाधिक पिला दिया करें कई बार लगातार पिलाने से बिना जुलाब के सुद्दे निकल कर बालक स्वस्थ हो जावेगा, अनेक बार का अनुभूत है।

बालक को मोटा ताजा बनाना।

यदि बालक को कुछ समय तक भेड़ का दूध पिलाते रहें तो इससे बालक मोटा ताजा हो जाता है और कब्ज आदि का कोई कष्ट नहीं होने पाता।

बालकों की खांसी का प्रयोग।

निम्नलिखित प्रयोग द्वारा वमन होकर बालक की छाती साफ हो जाती है और जमा हुआ कफ वमन द्वारा निकल आता है।

नासपाल लेकर उसमें बालक की माता का दूध डालकर अग्नि पर रखदें जब मलाई आजावे तो किसी तिनके आदि से दूर करदें, फिर मलाई आजावेगी, वह भी उतार दें इसी प्रकार

तीन वार मलाई उतार कर वाजरे के दाने के बराबर शुद्ध सोना हार डाल कर उतार लें और हिला दें।

नोसादर को शुद्ध बनाने के लिए उसको पुर्की को आटे की गोली में लपेट कर आग में रखदें और आटे के सुर्ख हो जाने पर निकाल लें बस यही शुद्ध नोसादर है।

प्लेग।

यह बड़ा भयंकर रोग है बहुत से प्राणी तो केवल इसके होजाने पर भय से ही परलोक सिधार जाते हैं और एकेक उचित चिकित्सा न होने से काल के ग्रास हो जाते हैं यद्यपि अब तक इसकी विश्वासनीय चिकित्सा प्रतीत नहीं हुई जिसको शत प्रतिशत सफल कहा जा सके। हम इससे पहले भी कईएक प्रयोग अपनी अन्य रचनाओं में प्रकाशित कर चुके हैं और यहां भी एक दो चुटकले लिखते हैं। जिनका सम्बन्ध दूध से है।

प्लेग के रोगी के लिए भोजन और दवा।

रोगी को दूध और चावल पकाकर खिलायें और बाकी सब चीजों से परहेज करायें।

ऊपर बांधने की दवा।

दूध चावल ही पका कर बतौर पुल्टिस गिल्टी पर बांधें

यदि रोगी का जीवन शेष होगा तो गिल्टी में पीप पड़ कर फूट जावेगी और ईश्वर की कृपा से रोगी को आराम हो जावेगा ।

शीतला से रक्षा ।

जिन दिनों में चेचक (शीतला) का संक्रामक रोग फैला हुआ हो यदि उन दिनों में किसी को दो सप्ताह पर्यन्त घोड़ी का दूध पिलाते रहें तो उस मनुष्य को चेचक नहीं निकलेगी ।

चेचक के बाद गर्मी ।

शीतला के रोगी को यदि उसकी गर्मी का असर नष्ट न होता हुआ दिखाई देता हो तो उसको गाय का कच्चा दूध घी और मिश्री मिलाकर पिलाया करें इससे थोड़े से दिनों में सारी गर्मी दूर हो जावेगी ।

कटि पीड़ा ।

यह रोग प्रायः वृद्ध मनुष्यों के हुआ करता है जरासे चलने फिरने या काम करने से पीड़ा बढ जाती है । इसको दूर करने के लिए कच्चे दूध की टकोर करना उचित है । दिनमें तीन बार और हर बार दो घंटा से कम न होनी चाहिए ।

मोटापन ।

शरीर को मोटा बनाने के लिए बकरी का कच्चा दूध या उसमें पानी मिलाकर पिलाना लाभदायक है ।

नाटे बालक की चिकित्सा ।

ऐसे चिकित्सक आप को बहुत कम मिलेंगे जो इस रोग की चिकित्सा जानते हों किन्तु हम यहां एक ऐसा प्रयोग लिखते हैं जिससे ठिगना बालक ऊंचा होजाता है ।

ऊंटनी का दूध सेर भर लेकर कलई दार देगची में डाल कर उसमें २ तोला मगजबादाम मीठे और ४ माशा तोदरी लाल सूक्ष्म करके डाल दें और मन्द २ अग्नि पर पकावें तथा उसके अन्दर चमचा हिलाते रहें जिससे मलाई न पड़ने पावे । जब डेढ पाव दूध बाकी रहे तो उतार कर शीतल करें और समोष्ण दशा में २ तोला उत्तम मधु मिला कर पिलावें । यदि एक बार में न पी सके तो दो बार करके पिलावें । इसको निरन्तर एक वर्ष तक सेवन करते रहने से बालक ऊंचा हो जावेगा ।

इन्फ्लुएञ्जा विधान

भस्म निर्माण खण्ड ।

डाक्टर गणपतिसिंह वर्मा,

❀ मुश्किल-सोमलखार ❀

जो कि वाजी करण के लिए अद्वितीय है ।

काला सोमलखार, यदि न मिले तो सफेद संखिया एक तोला लेकर किसी उत्तम न घिसने वाली खरल में डालें, और उसमें भेड़ का दूध डाल कर खरल करना प्रारम्भ करदें यहां तक कि पूरा चार सेर दूध खरल करने में लगादें। और फिर उसकी सम्भाग ८०० गोलियां बनालें। मात्रा एक गोली मक्खन या मलाई में खिलाया करें। ना मर्द को मर्द और मर्द को जवांमर्द बना देने में अकसीर है।

सोमलखार मोमियां बनाना ।

बकरी का नवजात बच्चा जो जमीन पर न गिरा हो अर्थात् हाथों में लेकर चारपाई पर रखदें और उसको मां का दूध पेट भर कर पिलादें फिर उसको वध करके उसका आमाशय दुग्ध सहित पृथक करके उसमें एक तोला सोमलखार की डली डाल कर आमाशय को सूत पर लटकादें और ४० दिवस पश्चात् उतार कें मोमियां होकर निकलेगा अब इसमें जायफल, जावित्री, दारचीनी प्रत्येक एक २ तोला, कस्तूरी असली एक माशा पीस कर मिलादें और शीशी में भरकर रखें।

मात्रा एक रत्ती मक्खन में डाल कर खिलाया करें अत्यन्त ताज़ी करता है।

बाद फिरंग की अक्सीरी गोलियां।

रस कपूर१ तोला को १५ दिवस पर्यन्त भेड़ के दूध के साथ खरल करें और प्रतिदिन न्यूनातिन्यून पांच से सात तोला तक दूध खपा दिया करें इस प्रकार १५ दिवस पर्यन्त खरल कर चुकने के बाद चने के बराबर गोलियां बना लें। मात्रा एक गोली प्रतिदिन चूरी घी वाली के ग्रास में लपेटकर निगलवा दिया करें।

पथ्य:—गेहूँ की रोटी लवण रहित घी के साथ खिलाते रहा करें एक सप्ताह में ही पूर्ण लाभ हो जावेगा।

श्वेताभ्रक भस्म।

अभ्रक को चूर्ण करके कूंडे में डाल दें और फिर गधी का दूध मिला कर खरल करते रहें। न्यूनातिन्यून ४ घंटा खरल करके टिकिया बनालें और कूजे में बन्द करके ४ सेर उपलों की आंच दें। इसी प्रकार प्रतिदिन खरल करते और आंच देते जावें यहां तक कि चमक बिलकुल न रहे बस भस्म तैयार है। मात्रा एक रत्ती उचित अनुमान से दिया हुआ विद्रधि,

राजयक्ष्मा और यकृत की निर्बलता और जीर्ण ज्वर में लाभदायक है।

कृष्णाभ्रक भस्म।

कृष्णाभ्रक को अग्नि में लाल सुर्ख करके बकरी के दूध में बुझाते रहें। १०-११ बार बुझाने के बाद जब पीसने योग्य कोमल होजावे तब उसको कूंडे में डाल कर खरल करें और बकरी का दूध सम्मिलित करते रहें। आठ घंटा खरल कर चुकने के बाद टिकियां बनावें और सराव सम्पुट करके १० सेर उपलों की आंच दें इसी प्रकार न्यूनातिन्यून २१ बार बकरी के दूध में खरल करके अग्नि देते चले जावें। और फिर पीसकर सुरक्षित रखें। मात्रा एक रत्ती शर्बत बनफशा के साथ देने से ज्वर और प्लेग में लाभदायक है तथा अन्य रोग में भी सेवन किया जा सकता है।

अभ्रक भस्म।

जो कि वाजीकरण की उत्तमोत्तम औषधि है।

इस प्रयोग के सामने समस्त याकूतियां तुच्छ हैं। समय पर शेर बबर का काम करने वाला प्रयोग है। प्रत्येक औषधालय में प्रस्तुत रखना चाहिए।

कृष्णाभ्रक या श्वेताभ्रक १ तोला सोमलखार एक तोला (सूक्ष्म पिसा हुआ) दोनों को मिलाकर खरल में डालें और भेड़ के दूध में १ घंटा तक खरल करें। और श्राव सम्पुट करके (कपरोटी करने की आवशकता नहीं) ५ सेर उपलों की अग्नि दें और फिर पूर्वानुसार १ तोला सोमलखार मिलाकर भेड़ के दूध में खरल करें और अग्नि दें इसी प्रकार ७ बार क्रिया करें। खाकी रंग की भस्म तैयार होगी पीस कर सुरक्षित रखें मात्रा आधि रत्ती से १ रत्ती तक मलाई में लपेट कर खिलावें और घास लगने पर दूध ही पिलाते रहें इससे ५ सेर दूध हजम हो जाता है और बाजीकरण शक्ति बहुत ही बढ़ जाती है।

मूंगा भस्म।

मिट्टी के सराव में दो तोला शाख मूंगा डाल कर उस पर ५ तोला गौ दुग्ध डालें और मुंह पर दूसरा शराव रख कर कपरोटी करके २० सेर उपलों की आंच दें भस्म हो जावेगी। यदि एक आंच में पूरी तरह सफेद न हो तो दूसरी बार फिर दें और पीसकर रखें मात्रा एक रत्ती मस्तिष्क को बल देनेवाला और तथा ज्वरादि में लाभदायक है।

सिंगखेड़ी भस्म।

यह प्रयोग हमारे परम मित्र शफायलमुल्क हकीम दिलवर

सैन खां सहाब मंत्री द्वारा प्रेषित है एतदर्थ धन्यवाद। निला-
त्रड़ी (सेलखेड़ी) आवश्यकतानुसार लेकर गौ दुग्ध या बकरी के
दूध में सूक्ष्म पीसकर एक २ औंस के गोले बना कर सुखालें
और १०–१५ सेर उपलों के मध्य में रख कर अग्नि देवें और
शीतल होने पर निकाल कर खरल में सूक्ष्म पीस कर रखलें
बस भस्म तैयार है।

सेवन विधि।

मात्रा दो २ माशा प्रातः मध्यान्ह एवम् सायंकाल बकरी
के दूध की लस्सी से दिया करें। यदि इसको एक मास तक
निरन्तर सेवन करते रहने से मासिक धर्म की कठिनता दूर
होकर पुनः इस रोग के उत्पन्न होने का भय नहीं रहता। नशास्त
२–२ माशा हर दूसरे घन्टे शर्बत उन्नाव या अर्क सौंफ से देते
रहना मलेरिया ज्वर को उतारने के लिए "एन्टीफेब्रीन" से
उत्तम सिद्ध होती है।



रत्नों के साथ तोलने वाली पुस्तकें।

यह वही पुस्तकें है जिन पर अखिल भारतवर्षीय आयुर्वेदिक एण्ड यूनानी कान्फ्रेंस देहली ने, फस्ट क्लास सारटीफिकट और स्वर्ण पदक प्रदान कर लेखक को सन्मानित किया है इन पुस्तकों के विषय में लम्बे चोड़े विज्ञापन देने की तनिक भी आवश्यकता प्रतीत नहीं होती। कारण इन पुस्तकों पर वैद्य, हकीम और डाक्टर तथा सर्व साधारण भी आसक्त हो रहे हैं। इन पुस्तकों के विषय में संसार भर के माने हुयेलोगों का एक स्वर से निर्णय है कि इन पुस्तकों का प्रत्येक गृह प्रत्युत प्रत्येक जेवमें रहना अत्यावश्यक है।

निम्नलिखित पुस्तकें यद्यपि मूल्य में साधारण है परन्तु गुणों में साधारण नहीं प्रत्युत बहु मूल्य हैं। यह ग्रन्थ माला इसी लिये प्रारम्भ की गई है कि इन पुस्तकों को प्रत्येक गृह में प्रस्तुत रखा जावे और इन से लाभ उठाया जावे।

पलाण्डू चिकित्सा।

पलाण्डु(प्याज)चाहे हमारे घरोंमें मनों पड़ा रहे परन्तु आप को क्या मालूम ? कि इसी प्याज में किन २ रोगों को दूर करने के लिये रसायनिक (अकसीरी) गुण भरे पड़े हैं। इस पुस्तक

के पढ़ने से आपको ज्ञान हो जावेगा कि प्याज में अनेक गुण हैं विशेषतः इसमें पौष्टिक शक्ति तो अपरिमित है। किन्तु अज्ञानता से हम इसे गलत तरीके से इस्तेमाल करते हैं. इस लिए इससे पूरा २ लाभ नहीं उठा सकते। इसके अतिरिक्त इस में [illegible] वाली भस्में तथा सिंगरफ भस्म की सात विधियां वर्णन की गई है। जिन में से एक तो श्वेत वर्ण सिंगरफ भस्म ऐसी सर्वोत्कृष्ट है जो नामर्दी के लिए संसार भर में सर्वोत्तम औषधियों से कहीं बढ़ कर है, और ३०) रु० तोला बिकती है। यदि आप इस एक योग को ही बनाने लग जावें तो देश भर में प्रसिद्ध होने के अतिरिक्त मालामाल हो जावें। मूल्य केवल ।-) मात्र।

❀ लवण गुण विधान ❀

(घर का डाक्टर)

यह वही नमक (लवण) है जो राजा महाराजाओं के महलों से लेकर सर्व साधारण के घरों में प्रति दिन व्यवहार में आता है। परन्तु उनको यह मालूम नहीं कि इससे कठिन रोगों का इलाज भी किया जा सकता है। इस पुस्तक में [illegible] रोगों की चिकित्सा केवल लवण द्वारा ही करना लिखा गया है। श्वास और ज्वर के लिये तो एक ऐसा प्रयोग है कि जिससे एक डाक्टर ने १८ वर्ष तक केवल नमक से ही इलाज किया

और कभी असफल नहीं हुवा गावों में जहां वैद्य डाक्टर नहीं होते वहाँ प्रत्येक घर में आवश्यकता पड़ने पर इस पुस्तक द्वारा स्त्रियाँ ही घरमें प्रत्येक रोग का इलाज कर लिया करेंगी। मूल्य केवल =) मात्र।

धातुभस्म के अनुरागियों तथा रस चिकित्सकों को मङ्गल समाचार।

अर्क (आक) गुण विधान।

आक सर्वत्र मिलने वाला वृक्ष है किन्तु अज्ञानता वश इसका आदर नहीं करते वस्ताव में यह एक ऐसी न्यामत है कि इससे आदमी मालामाल हो सकता है। सैंकड़ों सन्यासियों के जीवन की कमाई इस पुस्तक में बन्द करदी है। यह पुस्तक धातु भस्म विद्या का सर्वोत्तम भण्डार है। पाठकों को यह बतलाने की अधिक आवश्यक्ता नहीं कि आक से कितनी उच्च कोटि की सर्वोत्कृष्ट धातुयें बनाई जा सकती हैं। क्योंकि यह बात सर्व सम्मत है कि आक एक ऐसा अमूल्य क्षूप (पौदा) है जिससे प्रत्येक धातु उपधातु बहुत ही सुगमता से फूंकी जा सकती हैं। इसके अतिरिक्त रसायन विद्या अनुरागियों के लिये भी इसमें प्रयाप्त सामग्री प्रस्तुत है। तथा रसायनिक गन्धक तेल। रसाय

मिक (सुगम योग) सिंगरफ को मोम जैसा बनाना सिंगरफ का तेल बनाना, वर्किया हरताल मोमिया बनाना, सोमलखार (संखिया) मोमिया बनाना, उड़ने वाली धातुओं की स्थिती आदि सारांश इस पुस्तक में धातुभस्म विद्या सम्बन्धी कोई बात नहीं छोड़ी, और उस पर भी आनन्द यह है कि सब धातु भस्में केवल आक द्वारा ही तैयार की जाती हैं. जो कि भारतवर्ष में सर्वत्र सुलभ है और सब योगों को छोड़कर इसका एक योग श्वेत वर्ण (सफेद) पैसा (ताम्र) भस्म ही ऐसी उत्तम है कि इस पर यदि सैंकड़ों रुपये न्योछावर कर दिये जावें तो क्या आश्चर्य था यह सन्यासियों के घर का भेद है । इतना ही नहीं इस पुस्तक में सिर से लेकर पांव के नाखून तक की [illegible] मनुष्य शरीर में होने वाले सब रोगों की चिकित्सा भी इसी [illegible] आक से ही करना बताया है इसके अतिरिक्त [illegible] मीठी कुनैन बनाना, विद्युत प्रभाव लेप, महा [illegible], [illegible], दमा तथा खांसी के लिये रसायन, चारों ओर से [illegible] बीते नपुन्सक नामर्द को केवल दो मास में ही मर्द (पुरुष) बना देने वाली रसायन इत्यादि । एक २ योग [illegible] है । [illegible] ।)

अरिष्टक(रीठा) गुण विधान ।

वही रीठा, जिससे कपड़े साफ किये जाते हैं, [illegible] ५० रोगों के लिए महान् अमृत (तिरयाक) है । [illegible]

(दमा) उपदंश, आतशक मुत्रकृच्छ (सुजाक) सर्प विष, बिच्छू के विष के लिये तो जादू का सा प्रभाव रखने वाली अगद है। त्वचा रोग, अर्श (ववासीर) पुरुषों के गुप्त रोग यथा प्रमेह स्वप्न दोष शीघ्रपतन क्लैब्यता आदि रोगों की चिकित्सा भी इसी रीठे से करनी लिखी गई है इनके अतिरिक्त इससे कई एक धातु भस्में भी तैयार की जाती हैं। अपितु इस पुस्तक के अन्त में रीठे के साबुन का एक ऐसा प्रयोग दिया गया है,जो कि बिना मसाला तथा सोडा कास्टिक और तैल आदि के बिना ही केवल मात्र रीठे के ही ऐसी उच्च कोटि का बनता है कि कोई भी साबुन इसकी तुलना नहीं कर सकता यही एक ऐसा बहु मूल्य योग है जिससे सहस्रों रुपया कमाया जा सकता है। घर में भी जब इच्छा हो सस्ता और चोखा साबुन बना लिया करो। मूल्य केवल ।=)

वीर्य पोषक ? प्रमेहनाशक ?! वाजीकरण योग ???

बबूल (कीकर) गुण विधान ।

(आश्चर्यजनक चुटकलों का संग्रह)

इस पुस्तक में बहुत ही कमाल किया गया है अर्थात कीकर के द्वारा प्रमेह, स्वप्न दोष, नपुंसकता अर्श (बवासीर) सुजाक आदि रोगों के रसायनिक सन्यासी योग स्पष्ट लिख